



T.C.

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ
ANA BİLİM DALI

YÜKSEK
LİSANS
TEZİ

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE
ANNE-BABA BAĞLANMASI İLE ÖZ
DUYARLIK DÜZEYİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

AYŞE ÇİL KARA

REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

Antalya, 2019

T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANA BİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ANNE-BABA BAĞLANMASI İLE ÖZ
DUYARLIK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Ayşe ÇİL KARA

Danışman:
Prof. Dr. Demet EROL

Bu Tez Antalya İl Milli Eğitim Müdürlüğü tarafından desteklenmiştir.

Antalya, 2019

DOĞRULUK BEYANI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum bu çalışmayı, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yol ve yardıma başvurmaksızın yazdığımı, yararlandığım eserlerin kaynakçalardan gösterilenlerden oluştuğunu ve bu eserleri her kullanışımında alıntı yaparak yararlandığımı belirtir; bunu onurumla doğrularım. Enstitü tarafından belli bir zamana bağlı olmaksızın, tezimle ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara katlanacağımı bildiririm.

12. / 09 / 2019

Ayşe ÇİL KARA

İmzası

T.C.

AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Ayşe ÇİL KARA'nın bu çalışması 08.08.2019 tarihinde jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programında Yüksek Lisans Tezi olarak oy birliği ile kabul edilmiştir

İMZA

Başkan :

Doç. Dr Mehmet KÖK

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Eğitim Fakültesi

Eğitim Bilimleri Bölümü

Üye :

Doç.Dr. Süleyman KARATAŞ

Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü

Üye (Danışman):

Prof. Dr. Demet EROL

Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü

YÜKSEK LİSANSTEZİNİNADI:

ONAY:Bu tez, Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun tarihli vesayılı kararıyla kabul edilmiştir.

(Doç. Dr. Ramazan KARATAŞ)

Enstitü Müdürü

Canım Oğlum ağın Ilgaz'a

TEŞEKKÜR

Öncelikle tez çalışmamın her aşamasında bana her türlü desteği sunan, desteğini ve ilgisini hiç esirgemeyen, moral ve motivasyonumu hep yüksek tutan, bilgisi ve deneyimleriyle bana yeni ufuklar açıp çalışmamı kolaylaştıran değerli öğretmenim ve tez danışmanım Prof. Dr. Demet EROL'a,

Yüksek Lisans eğitimim boyunca kendimi geliştirmeme yardımcı olan, bilgi ve birikimlerinden faydalandığım, güler yüzü ile güç bulduğum gerek akademik duruşu gerekse sosyal hayattaki duruşuyla kendisini kendime örnek aldığım değerli hocam Doç.Dr. S. Gülfem ÇAKIR'a,

Her şeyden önce yüksek lisansa başlamamanda bana öncü olan lisans eğitimimde tanıdığım iyi ki tanıdığım dediğim hayatımın her yönünde bana ışık olan, bana yol gösteren çok değerli arkadaşım Dilek CANSEVER'e; sınıf arkadaşlarım Seda GEDİZ, Begüm TOPRAK, Duygu TAŞ ve Gülçin GÖKMEN'e, Akdeniz Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsüne, uygulamayı yaparken destek olan Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Hukuk Fakültesi hocalarım ve öğrenci arkadaşlarıma verilerin girişinde, verilerin analizinde ve yorumlanmasında bana yardımcı olan biricik eşim Hasan KARA'ya,

Yüksek lisans eğitimim boyunca sürece benimle en başından katkı sağlayan, hayatta tattığım tüm sevgilerden tüm değerlerden üstün olduğunu kanıtlayan canım oğlum Çağın Ilgaz KARA'ya,

Tez çalışmam sürecimde, bireysel olarak birçok yönümü geliştirmeme kendimi daha iyi tanıyıp ifade etme fırsatı buldum. Aynı zamanda bu süreçte hayatıma güzel insanlar dahil ettim. Zorluklarla karşılaştım bu yolda bana kolaylıklar sağlayan canım anneme, babama kardeşime aileme yanımda olan ismini saymadığım dostlarıma ve çalışma arkadaşlarıma,

TEŞEKKÜR EDERİM.

Ayşe ÇİL KARA

ÖZET

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ANNE-BABA BAĞLANMASI İLE ÖZ DUYARLIK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Çil Kara, Ayşe
Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık
Tez Yöneticisi: Prof. Dr. Demet EROL
Ağustos 2019, 114 sayfa

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin anne baba bağlanması öz duyarlık düzeyini yordayıp yordamadığının incelenmesidir. Araştırmada ayrıca cinsiyet, devam edilen fakülte, çocuklukta bakımı üstlenen kişi, anne çalışma durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve sosyo-ekonomik düzey değişkenlerinin anne-baba bağlanması ve öz duyarlık ile arasındaki ilişkilerin incelenmesi de amaçlanmıştır. Araştırmanın evrenini Akdeniz Üniversitesi öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu Akdeniz Üniversitesi'nin Eğitim Fakültesi, Hukuk Fakültesi ve Edebiyat Fakültesinde öğrenim gören 263 kadın, 111 erkek olmak üzere toplamda 374 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Veri toplama araçları, 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılı bahar döneminde öğrencilere uygulanmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkenlerini, cinsiyet, devam edilen fakülte, bakımı üstlenen kişi, anne çalışma durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, sosyo-ekonomik düzey anne bağlanma ve baba bağlanma oluşturmaktadır. Araştırmanın bağımlı değişkenini öz duyarlık ve alt boyutları (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme,) oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin toplanmasında “Öz Duyarlık Ölçeği”, “Ebeveyn Bağlanma Anketi” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. T-testi analizlerine göre erkeklerin bilinçlilik puanlarının kızlardan daha yüksek olduğu, anne ve babanın birlikte bakımı üstlendikleri öğrencilerin öz yargılama düzeylerinin ise daha düşük olduğu bulunmuştur. ANOVA sonuçlarına göre; diğer gruplarla karşılaştırıldığında Hukuk Fakültesi öğrencilerinin öz yargılama puanları daha yüksek; babası yüksek eğitim almış öğrencilerin öz duyarlık ve bilinçlilik düzeyleri daha yüksek; annesi yüksek eğitim almış öğrencilerin ise bilinçlilik düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçlarına göre, anneye bağlanmanın öz duyarlık ve tüm alt boyutlarının anlamlı yordayıcısı olduğu; babaya bağlanmanın ise öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutlarının anlamlı yordayıcısı olduğu saptanmıştır.

Anahtar kelimeler: Anne-Baba Bağlanması, Öz Duyarlık, Üniversite Öğrencileri

ABSTRACT
**THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL ATTACHMENT AND SELF-
COMPASSION OF UNIVERSITY STUDENTS**

Çil Kara, Ayşe
Postgraduate, Guidance and Psychological Counseling
Supervisor: Prof. Dr. Demet EROL
August 2019, 114 pages

The aim of this study is to determine the predictive role of parental attachment on the self-compassion levels in university students, and whether they differed according to gender, faculty, caregiver at childhood, mother's working status, mother's education level, father's education level. The universe of this study is university students who are studying at Akdeniz University. The research group of the study includes 374 (263 female and 111 male) university students selected from the Faculty of Education, the Faculty of Literature and the Faculty of Law. The data were collected by the researcher in March-April 2018. Data collection was performed using the Self-compassion Scale and Inventory of Parent Attachment and the Personal Information Form. The independent variable of the study is the parent attachment. The independent variables of the study is self-compassion and sub-dimensions (self-kindness, self-judgement, common humanity, isolation, mindfulness and over-identification). The results of the t-tests showed that male university students had significantly higher scores than female students on mindfulness subscale and self-judgement scores of the student whose caregiver was mother and father together at childhood were lower than the other groups. ANOVA results showed that the Law Faculty students had significantly higher scores on the self-judgement scale; students whose father had higher education had significantly higher scores on the self-kindness and awareness scales and students whose mother had higher education had significantly higher scores on the awareness scale compared to other groups. Multiple linear regression analysis showed that attachment to the mother was the significant positive predictor of the self-compassion and all the sub-dimensions; attachment to the father was the positive predictor of self-kindness, common humanity and mindfulness dimensions of self-compassion.

Keywords: *Parental Attachment, Self-Compassion, University Students.*

İÇİNDEKİLER

| | |
|---|----------|
| TEŞEKKÜR..... | i |
| ÖZET | ii |
| ABSTRACT | iii |
| İÇİNDEKİLER..... | iv |
| TABLOLAR LİSTESİ | vii |
| KISALTMALAR LİSTESİ | ix |
| BÖLÜM I | 1 |
| 1. GİRİŞ..... | 1 |
| 1.1. Problem Durumu | 1 |
| 1.2. Araştırmanın Amacı..... | 4 |
| 1.3. Araştırmanın Önemi | 5 |
| 1.4. Araştırmanın Sayıltıları | 7 |
| 1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları..... | 7 |
| 1.6. Tanımlar..... | 7 |
| BÖLÜM II..... | 9 |
| 2. KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR | 9 |
| 2.1. Bağlanma | 9 |
| 2.1.1. Bağlanma Kuramı..... | 9 |
| 2.1.2. Bağlanma Stilleri | 14 |
| 2.1.2.1. Bartholomew ve Horowitz Dörtlü Bağlanma Modeli (1991)..... | 14 |
| 2.1.2.1.1. Güvenli bağlanma..... | 14 |
| 2.1.2.1.2. Kayıtsız bağlanma | 14 |
| 2.1.2.1.3. Saplantılı bağlanma | 15 |
| 2.1.2.1.4. Korkulu bağlanma | 15 |
| 2.1.2.2. Ebeveyne Bağlanma Stilleri | 15 |
| 2.1.2.2.1. Anneye bağlanma | 15 |
| 2.1.2.2.2. Babaya bağlanma..... | 17 |
| 2.1.3. İlgili Araştırmalar | 18 |
| 2.1.3.1. Bağlanma ile İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar | 18 |
| 2.1.3.2. Bağlanma ile İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar | 23 |

| | |
|---|-----------|
| 2.2. Öz Duyarlık | 25 |
| 2.2.1. Öz Duyarlık Kavramı | 25 |
| 2.2.2. Öz Duyarlığın Temel Unsurları | 25 |
| 2.2.2.1. Öz Sevecenlik (Öz Merhamet) (Self-Kindness)..... | 25 |
| 2.2.2.2. Paylaşımın Bilincinde Olma (Ortak Paydaşım) (Common Humanity)..... | 26 |
| 2.2.2.3. Bilinçlilik (Bilgece Farkındalık) (Mindfulness)..... | 26 |
| 2.2.3. Öz Duyarlıkla İlgili Diğer Kavramlar..... | 27 |
| 2.2.3.1. Öz yargılama..... | 27 |
| 2.2.3.2. İzolasyon..... | 27 |
| 2.2.3.3. Aşırı Özdeşleşme | 27 |
| 2.2.4. Öz Duyarlık Kavramı ile İlişkili Kuramlar..... | 28 |
| 2.2.4.1. Psikanalitik Kuram | 28 |
| 2.2.4.2. Bilişsel-Davranışçı Kuram | 29 |
| 2.2.4.3. İnsancıl Kuram | 29 |
| 2.2.4.4. İlişkisel Kuram | 30 |
| 2.2.5. Öz Duyarlık İle İlgili Araştırmalar | 30 |
| 2.2.5.1. Öz Duyarlık ile İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar..... | 30 |
| 2.2.5.2. Öz Duyarlık ile İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar..... | 36 |
| 2.3. Literatürde Bağlanma ve Öz Duyarlık Arasındaki İlişki | 39 |
| BÖLÜM III | 41 |
| 3. YÖNTEM | 41 |
| 3.1. Araştırma Modeli..... | 41 |
| 3.2. Araştırma Grubu | 41 |
| 3.3. Veri Toplama Araçları | 41 |
| 3.3.1. Kişisel Bilgi Formu | 42 |
| 3.3.2. Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Envanteri (EBA)..... | 42 |
| 3.3.3. Öz Duyarlık Ölçeği..... | 43 |
| 3.4. Verilerin Toplanması | 44 |

| | |
|---|------------|
| 3.5. Verilerin Analizi | 45 |
| BÖLÜM IV..... | 48 |
| 4. BULGULAR | 48 |
| 4.1. Betimleyici İstatistik Sonuçları..... | 48 |
| 4.2. Öz Duyarlılığa Yönelik Bulgular..... | 49 |
| 4.3. Anne-Baba Bağlanmasına Yönelik Bulgular..... | 57 |
| 4.4. Değişkenler Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular..... | 62 |
| BÖLÜM V | 70 |
| 5. SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER..... | 70 |
| 5.1. Sonuç ve Tartışma | 70 |
| 5.1.1. Öz Duyarlık Değişkenine İlişkin Bulguların Yorumlanması | 70 |
| 5.1.2. Anne-Baba Bağlanması Değişkenine Göre Bulguların Yorumlanması | 75 |
| 5.1.3. Anne-Baba Bağlanmasının Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların Bilincinde Olma, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı Özdeşleşmeyi Yordamasına İlişkin Bulguların Yorumlanması | 80 |
| 5.2. Öneriler | 84 |
| 5.2.1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler | 84 |
| 5.2.2. Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler | 86 |
| KAYNAKÇA..... | 87 |
| EKLER..... | 103 |
| Ek-1 Kişisel Bilgi Formu..... | 103 |
| Ek-2 Ebeveyn Bağlanma Anketi (EBA)..... | 104 |
| Ek-3 Öz Duyarlık Ölçeği | 105 |
| Ek-4 Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Anketi İzni | 107 |
| Ek-5 Öz Duyarlık Ölçeği İzni..... | 108 |
| Ek-6 Üniversite İzin Yazıları..... | 109 |
| Ek-7 İntihal Raporu | 113 |
| ÖZGEÇMİŞ..... | 114 |

TABLULAR LİSTESİ

| | |
|---|----|
| Tablo 4.1. Betimleyici İstatistik Sonuçları | 49 |
| Tablo 4.2. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları | 50 |
| Tablo 4.3. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Okudukları Fakülteye Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları | 51 |
| Tablo 4.4. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Anne Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları | 52 |
| Tablo 4.5. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Baba Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları | 53 |
| Tablo 4.6. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Anne Çalışma Durumuna Göre t-Testi Sonuçları | 54 |
| Tablo 4.7. Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Kruskall Wallis Testi Sonuçları..... | 55 |
| Tablo 4.8. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Bakımı Üstlenen Kişiye Göre t-Testi Sonuçları..... | 56 |
| Tablo 4.9. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları | 57 |
| Tablo 4.10. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Okudukları Fakülteye Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları | 58 |
| Tablo 4.11. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Anne Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları | 59 |
| Tablo 4.12. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Baba Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları | 59 |
| Tablo 4.13. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Anne Çalışma Durumuna Göre T-Testi Sonuçları..... | 60 |
| Tablo 4.14. Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Bağlanmasının Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Kruskall Wallis Testi Sonuçları..... | 60 |

| | |
|--|----|
| Tablo 4.15. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Bakımını Üstlenen Kişiye Göre T-Testi Sonuçları..... | 61 |
| Tablo 4.16. Değişkenler arasındaki Korelasyon Sonuçları | 62 |
| Tablo 4.17. Üniversite Öğrencilerinin Öz Sevecenlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları..... | 63 |
| Tablo 4.18. Üniversite Öğrencilerinin Öz Yargılama Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları..... | 64 |
| Tablo 4.19. Üniversite Öğrencilerinin Paylaşımların Bilincinde Olma Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları | 65 |
| Tablo 4.20. Üniversite Öğrencilerinin İzolasyon Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları..... | 66 |
| Tablo 4.21. Üniversite Öğrencilerinin Bilinçlilik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları..... | 67 |
| Tablo 4.22. Üniversite Öğrencilerinin Aşırı Özdeşleşme Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları..... | 68 |

KISALTMALAR LİSTESİ

| | |
|-------------|------------------|
| Ort. | : Ortalama |
| s. | : Sayfa |
| SS | : Standart Sapma |
| Vb. | : Ve benzeri |
| Vd. | : Ve diğerleri |

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problem durumu, amacı ve hipotezleri, önemi, varsayımları ve sınırlılıkları ile araştırmada sık kullanılan kavramlara ilişkin tanımlara yer verilecektir.

1.1. Problem Durumu

Bağlanma, çocuklukta çocuğun bakımını sağlayan birey sayesinde gelişir. Bağlanma, çocuğun bakımını sağlayan bireyle iletişim kurması ve yakınlık arayışı ile gelişen stresli durumlarda belirginliğini arttıran, devamlılıkla birlikte hayat boyunca süregiden duygusal bir bağlıdır. Bağlanma davranışıysa bu duygusal bağın oluşumuna ve bireyin sonraki ilişkilerine rehberlik etmesine yardımcı olan davranışların tümüdür. Bağlanma en çok erken çocukluk evresinde gözlense de hayatın tüm evrelerinde varlığını göstermektedir (Erözkan, 2011). Bağlanma kuramında bağlanmanın; bebeklik çağında ebeveynler ile kurulan ilişkinin yetişkinlikte kurulan ilişkilere vurgu yaptığı belirtilmiştir (Bowlby, 1979).

Bireylerin bağlanma stilleri ebeveynlerin çocuklarına karşı sergiledikleri tavır ve davranışlara ilişkin ipuçları verir. Çocuklarının ihtiyaçları karşısında duyarlık ve tutarlılık gösteren ebeveynler, çocuklarında güvenli bağlanma davranışlarının oluşmasını sağlamaktadır. Bunun tam tersi durumlarda ise çocuklar, güvensiz bağlanma stiline sahip olarak gelişmektedirler. Güvenli bağlanan çocukların özgüveni yüksektir, bu çocuklar yetişkinlikte kurdukları sosyal ilişkilerinde güvenli bağlanma davranışı sergilerler. Güvensiz bağlanan çocuklar; kendilerini daha değersiz gören, başkalarına daha az güvenen, kişisel ilişkilerinde sorun ve uyum problemi yaşayan bireylerdir (Collins ve Read, 1990).

Bireyler, çocukluk döneminden başlayarak temel bakımlarını sağlayan kişileri kapsayan zihinsel modeller geliştirirler. Bu modeller, kişilerin bağlanma figürüne ve benliklerine yönelik beklentilerini içine alan dinamik temsiller olarak değerlendirilmektedir (Erözkan, 2011). Bartholomew ve Horowitz (1991) geliştirdiği bağlanma modeline göre bireylerin ilişkilerinde 'güvenli', 'kayıtsız', 'saplantılı' ve 'korkulu' olmak üzere dört farklı bağlanma stili sergiledikleri belirtilmiştir. Güvenli bağlanan kişiler, kendileri ve başkaları hakkında olumlu değerlendirmelere sahiptirler. Bu kişiler başkalarına değer gösterir, güvenirliler ve sosyal hayatı

olumlu algılar. Kendi değerini onaylamak için başkalarının onayını kazanmak isterler. Kayıtsız bağlanmada ise kişiler kendilerine karşı olumlu, başkalarına karşı olumsuz değerlendirmelerde bulunurlar. Kendilerini aşırı güvenilir görürlerken, başkalarını güvenilir bulmazlar. Düşük kaygı düzeyine, yüksek kaçınma davranışına sahiptirler. Düşmanlık beslediklerinden ilişkilerinde soğuk ve duygusal yönden mesafelidirler. Saplantılı bağlanma stilini kullanan bireyler ise kendileri için olumsuz başkaları için olumlu değerlendirmede bulunurlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Saplantılı bağlanmada birey, diğerleri tarafından güven ve kabul kazanmak konusunda kaygı taşır (Bartholomew ve Shaver, 1998). Dolayısıyla bu bağlanma stilinde, diğer insanların olumlu değerlendirilmesine karşılık bireyin kendine yönelik bir değersizlik duygusu taşıdığı görülür. Saplantılı bağlanma stili özelliği gösteren bireyler, yakın ilişkilerinde kişisel değerlilik ve kişisel yeterliliği bulmak için çabalarlar (Arslan, 2008). Korkulu bağlanmada ise kişiler gerek kendi gerekse başkalarına ilişkin olumsuz değerlendirmelerde bulunurlar. Reddedilme ihtimalini yok etmek amacıyla sosyal ortamlardan ve ilişkilerinde yakınlaşmadan kaçarlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Öz duyarlık, bireylerin acıya ve sıkıntıya yol açan duygulara açık olmaları, kendilerine karşı özen göstermeleri ve sevecen tutumlar taşımaları, yetersiz ve başarısız oldukları durumlarda kendilerine anlayış göstermeleri ve yaşadıkları olumsuzlukları doğal yaşam sürecinin bir parçası olarak kabul etmeleridir (Neff vd., 2005; Akın vd., 2007; Aydın ve Soyer, 2012; Karabacak ve Uzun, 2014; Oral Seyhan, 2016). Bu doğrultuda öz duyarlılığın ‘öz sevecenlik’, ‘paylaşımların bilincinde olma’ ve ‘bilinçlilik’ gibi temel unsurlardan oluştuğu görülmektedir (Akın vd., 2007). Bu unsurlar, kavramsal yapıları ve fenomenolojik anlamda tecrübe edilmeleri yönünden farklılık göstermelerine karşın, kendi aralarında etkileşime sahiptir; birbirlerinin oluşumuna ve gelişimine yardım etmektedir (Bulduk ve Ardıç, 2015).

Bilinçlilik unsuru yargılayıcı olmadığından kişinin kendi hakkında özeleştiriye bulunma durumlarını azaltır, böylece kişinin kendisini daha iyi anlamasını sağlar (Jopling, 2000). Bu da bilinçliliğin doğrudan öz sevecenliğin gelişmesine katkı sağladığına işaret eder. Ayrıca, kişilerin, sosyal ilişkilerden kaçınmasına ve topluma yabancılaşmasına yol açan benmerkezci her türlü tutumla mücadeleye girmesini ve sosyal yönden daha güçlü ilişkiler geliştirmesini sağlayabilmektedir (Elkind, 1967; İkiz ve Totan, 2012). Benzer şekilde öz sevecenlik duygusu, bilinçliliği arttırmaya yardımcı olmaktadır. Bireyin kendisini kabul etmesini sağlayacak bir sürede kendisini yargılamaktan ve eleştirmekten kaçınması durumunda olumsuz duygusal deneyimleri azalacak, düşünce ve duygularına yönelik denge ve bilinçlilik oluşturması kolaylaşacaktır (Fredrickson, 2001). Bununla birlikte başarısızlık ve sıkıntılarla

karşılaşmanın insanların tamamının deneyimlediği duygular olduğunun farkında olunması, bireye yaşadığı deneyimlere daha geniş bir açıdan yaklaşmasını sağlayacaktır. Aynı zamanda, düşünce ve duygularına yönelik bilinçlilik geliştirme yeteneğine katkıda bulunacak, tüm deneyimlerinin kendisinde uyandırdığı duygu ve düşüncelerle normalin çok üzerinde bir özdeşleşme gibi yanlış bir tutum oluşturmasının önüne geçecektir (Akın vd., 2007). Brown (1999), öz duyarlılığın kişiye, düşüncelerindeki uyumsuzlukları, davranış ve duygularına yönelik şablonları doğru şekilde algılama ve düzeltme imkânı sağlayacağını belirtmiştir. Aynı zamanda, kişinin kendi kendini kınama gibi bir korku içine girmeksizin benliğini doğru ve açık bir şekilde görebilmesinde gerekli olan duygusal güvenliği sağlamasına yardımcı olacağını belirtmiştir.

Neff (2003a) ise, öz duyarlılığın büyümede ve gelişimde yüksek bir motivasyon etkisi sağladığını, kişinin kendisine karşı duyarlılık göstermesinin zarar görmesine yol açacak davranışlardan uzak durmasını ve karşılaştığı zorluklar karşısında gereken davranış ve tutumları geliştirmesinde cesaret sağlayacağını bildirmiştir.

Bu bağlamda genel olarak öz duyarlılık; kişinin kendinin farkında olması ve kendisiyle ilgili olan farkındalığı olumsuz düşüncelerden arındırarak kendini sevmesi, olumsuz düşüncelerden arındırması, yaşamın doğal bir süreç olduğunun farkına varması anlamına gelmektedir. Bu olgunun bu şekilde kabul edilmesinde çocuklukta bireylere armağan edilen bağlanma biçiminin etkisinin olduğu yukardaki açıklamalardan anlaşılmaktadır.

Son yıllarda alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde öz duyarlılık olgusunun farklı değişkenlerle ilişkisini inceleyen çalışmalarda artış olduğu görülmektedir. Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin ebeveyn bağlanma düzeyinin öz duyarlılık düzeyi üzerindeki etkisi incelenecektir. Anne ve babaya bağlanmanın öz duyarlılığı ne kadar etkilediği ile ilgili elde edilecek bulguların öz duyarlılık ile ebeveyn çocuk arasında kurulan bağ ile ilişkinin daha iyi anlaşılmasına olanak sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın problemini, üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanma düzeyi ile öz duyarlılık alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığının ve bağlanma düzeyinin öz duyarlılığın alt boyutlarını ne derece yordadığının incelenmesi oluşturmaktadır. Bu bağlamda öz duyarlılık ve bağlanma düzeyi ile cinsiyet, devam edilen fakülte, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne çalışma durumu, sosyo-ekonomik düzey,

çocuklukta bakımını üstlenen kişi değişkenleri açısından anlamlı ilişki olup olmadığı araştırmanın alt problemlerini oluşturmaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanması ile öz duyarlık düzeyini yordayıp yordamadığının incelenmesidir.

1. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) aldıkları puanlar, cinsiyet, değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
2. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) aldıkları puanlar, fakülte, değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) aldıkları puanlar, anne eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) aldıkları puanlar, baba eğitim durumu değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) aldıkları puanlar, anne çalışma durumu değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
6. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) aldıkları puanlar, sosyo-ekonomik düzey değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
7. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) aldıkları puanlar, bakımını üstlenen kişi değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
8. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) öz sevecenlik puanlarını yordamakta mıdır?
9. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) öz yargılama puanlarını yordamakta mıdır?
10. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) paylaşımların bilincinde olma puanlarını yordamakta mıdır?
11. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) izolasyon puanlarını yordamakta mıdır?
12. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) Bilinçlilik puanlarını yordamakta mıdır?

13. Üniversite öğrencilerinin Ebeveyn Bağlanma puanları (Anne-Baba bağlanması) Aşırı Özdeşleşme puanlarını yordamakta mıdır?
14. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) aldıkları puanlar, cinsiyet, değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?
15. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, fakülte değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?
16. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, anne eğitim düzeyine göre değişkenlerine göre farklılık göstermekte midir?
17. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
18. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, anne çalışma durumuna göre farklılık göstermekte midir?
19. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, sosyo-ekonomik düzey değişkenine göre farklılık göstermekte midir?
20. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından aldıkları puanlar, çocuklukta bakımı üstlenen kişi değişkenine göre farklılık göstermekte midir?

1.3. Araştırmanın Önemi

Duygusal bağ, yeme-içme kadar önemlidir. Bağlanma sisteminin temel amacı bakım ve yakınlığın devamını sağlamaktır. İlk bağlanma ilişkilerinin niteliği bu yüzden bebeğin bağlanılacak kişiyi güvenlik kaynağı olarak görme derecesine dayanmaktadır (Arslan, 2008). Bağlanma kuramına göre, yaşamın ilk yıllarından itibaren çocuk ile onu büyütenler arasındaki duygusal bağın niteliği, çocuğun gelişimini yaşam boyu etkilemektedir. Çocuğun her ihtiyaç duyduğunda, kaygı hissettiğinde bağlanma figüründen gerekli destek ve olumlu tepki alması, bakımıyla ilgilenen kişiye ihtiyaç duyduğu her an ulaşabileceğini bilmesi, ona güvenebileceği ve ihtiyacı olan desteği ondan alabileceğine inanmasını sağlamaktadır. Ayrıca kendisinin sevilmeye değer birisi olduğuna ilişkin duygular geliştirmesini sağlar. Böylece birey yaşamın ilerleyen dönemlerinde olumlu benlik algısına sahip olur, kendini sevilmeye değer görür, başkalarıyla yakınlık kurabilir ve güvenli bağlanma stili geliştirir (Terzi ve Çankaya, 2009).

Anneye ve babaya bağlanma düzeylerinin kişinin gelişiminde birçok etkiye sebep olduğu bilinmektedir. Aynı zamanda öz duyarlılık kavramı ise ‘psikolojik iyi olmaya ilişkin faydalı bir alternatif olarak görülmektedir (Salzberg, 1997; Brown, 1999). Yukarıdaki bilgiler ışığında, bağlanma stillerinin kişinin gelişiminde var olmasında etkisi yadsınamaz. Anne babanın çocuğuyla olan ilişkisinin yetişkinlikte dahi kişinin gelişimine ve karakterine etkisi büyüktür.

Alanyazındaki çalışmalarda öz duyarlılık ile Ainsworth ve arkadaşlarının (1978), önerdiği bağlanma stilleri (güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan) ve Bartholomew ve Horowitz Dörtlü Bağlanma Modeli’nde (1991) bağlanma stilleri (güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma, korkulu bağlanma) arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmüştür görülmüştür (Irons, 2007; Neff ve McGehee, 2010; Raque-Bogdan vd., 2011; Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011; Neff ve Beretvas, 2013; Rosen, 2013; Bolt, 2015; Pepping vd., 2015; Moreira vd., 2016; Kozalı 2017; Bayar ve Tuzgöl Dost, 2018).

Bayar ve Tuzgöl Dost’un (2018) üniversite öğrencilerinde öz duyarlılığın yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve algılanan sosyal desteği inceledikleri çalışmalarında ise araştırmamızda kullanılan ebeveyne bağlanma stillerinden (anneye bağlanma, babaya bağlanma) farklı olarak kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma stillerinden oluşan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) kullanılmıştır. Araştırmada üniversite öğrencilerinde kaygılı bağlanma düzeyinin öz duyarlılık düzeyini anlamlı şekilde yordadığı, kaçınan bağlanma düzeyinin ise öz duyarlılık düzeyini anlamlı şekilde yordamadığı tespit edilmiştir.

Alanyazındaki diğer çalışmalarda kaygılı bağlanma ile öz duyarlılık arasında bir ilişki olduğu (Irons, 2007; Neff ve McGehee, 2010; Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011; Neff ve Beretvas, 2013), kaçınan bağlanma ile öz duyarlılık arasında ise ilişki olmadığı (Irons, 2007; Neff ve McGehee, 2010; Neff ve Beretvas, 2013; Rosen, 2013; Bolt, 2015; Pepping vd., 2015; Moreira vd., 2016) ya da zayıf bir ilişki olduğu (Raque-Bogdan vd., 2011; Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011) saptanmıştır. Dolayısıyla literatürde incelenen çalışmalar arasında ebeveyne bağlanma stillerinin (anneye bağlanma ve babaya bağlanma) öz duyarlılık düzeylerini yordayıp yordamadığını inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda yapılan bu araştırma sonucunda elde edilen sonuçların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yetişkinlerde yaşam kalitesini, bağlanma stillerini, depresyonu, kaygıyı, duygulanım düzenleme stratejilerini ve öz duyarlığı inceleyen Kozalı'nın (2017) çalışmasında bağlanma stilleri ile öz duyarlık arasındaki ilişkinin ele alınmadığı görülmüştür.

Bu doğrultuda yapılan bu araştırma sonucunda elde edilen bulguların alanyazına kuramsal katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte araştırmanın üniversite öğrencileri ile yürütülecek psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Sayıtları

Araştırmaya katılan öğrencilerin 'Kişisel Bilgi Formu'nu, 'Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Anketi'ni ve 'Öz duyarlık Ölçeğini gerçek durumlarını yansıtacak biçimde içten ve samimi bir şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın verileri, Antalya ilindeki Akdeniz Üniversitesi'nde eğitim gören üniversite öğrencileriyle ve Kişisel Bilgi Formu, Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Anketi ve Öz Duyarlık Ölçeğinin ölçtükleri ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Bağlanma: İnsanların kendileri için önemli olan kişilere karşı geliştirdikleri güçlü duygusal bağlıdır. Bağlanma ayrıca, 'bireyin korkması, yorulması ya da hasta olması durumunda bir figür ile 'güçlü ilişki kurma' veya 'güçlü yakınlık arama' isteği olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1969; Dilmaç vd., 2009; Hamarta vd., 2009; Deniz, 2011).

Bağlanma Stili: Bireyin kendisini ve diğer insanları nasıl gördüğünü açıklayan sosyal etkileşim durumudur (Bowlby, 1969, 1980; Arslan, 2008). Erken dönemdeki ilişkilerle edinilmiş bağlanma stilleri, kişilerin stresli olaylarla başa çıkma yollarını ve bunun sonucunda da ruh sağlıklarını etkilemesi bakımından önem arz etmektedir (Ergin ve Dağ, 2013). Bartholomew ve Horowitz'e (1991) göre bireyin 'Güvenli: Kendine ve başkalarına olumlu', 'Kayıtsız: Kendisine olumlu, başkalarına olumsuz', 'Saplantılı: Kendisine olumsuz, başkalarına olumlu' ve 'Korkulu: Kendisine olumsuz, başkalarına olumsuz' değerlendirmeleri üzerine geliştirdiği dört bağlanma stili bulunmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Öz duyarlık (self-compassion): Öz duyarlık; bireylerin acıya ve sıkıntıya yol açan duygulara açık olması, kendilerine karşı özen göstermeleri ve sevecen tutumlar taşımaları, yetersiz ve başarısız oldukları durumlarda kendilerine anlayış göstermeleri ve yaşadıkları olumsuzlukları doğal yaşam sürecinin bir parçası olarak kabul etmeleridir (Neff vd., 2005; Akın vd., 2007; Aydın ve Soyer, 2012; Karabacak ve Uzun, 2014; Oral Seyhan, 2016).

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırmaya ilişkin kuramsal çerçeve ve alan yazında bu konuda yapılmış araştırmalar ele alınacaktır. Bu bağlamda; bağlanma kuramı ve stilleri, üniversite öğrencilerinde bağlanma, öz duyarlık kavramı ve temel unsurları, üniversite öğrencilerinden öz duyarlık ve literatürde bağlanma stilleri ile öz duyarlık düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalar yer alacaktır.

2.1. Bağlanma

2.1.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramında, çocukluk döneminde bireyin bakımını üstlenen kişi/lerle neden ve nasıl duygusal bağ kurduğunun, bu bağın çocuklukta bireyin kendi ve diğer insanlarla ilişkilerini nasıl etkilediğinin açıklanması amaçlanmıştır (Arslan vd., 2012). Bu kuram, bebeklikte ve çocuklukta bireyin bakımını üstlenen kişi/lerle ilişkisini hedef almışken, günümüzdeyse yetişkin bireylerin sosyal ve duygusal ilişkileri sırasında tecrübe edindikleri duygular, biliş ve davranışlara ilişkin özelliklerin incelenmesi için kullanılmaktadır (Çalışır, 2009; Demir, 2006; Özer, 2016). Bir başka söylemle, bağlanma kuramı; erken dönemdeki ilişkilerle edinilmiş bağlanma tarzının, bireylerin stresli olaylarla başa çıkma yollarını ve bunun sonucunda da ruh sağlıklarını etkileyeceğini tahmin etmektedir (Ergin ve Dağ, 2013).

Bağlanma kuramını ortaya atan Bowlby, Freud'un kişilik kuramını genişleten Donald Winnicot, Melanie Klein, Heinz Kohut ve Margaret Mahler gibi isimlerin düşüncelerinden esinlenmiştir (Arslan, 2008). Bu kuramcılar, nesne ilişkileri kuramının farklı yorumlarını açıklamış olsalar da bakış açılarının benzer olduğu temel ilkeler bulunmaktadır. Birincisi, nesne ilişkileri kuramcıları erken çocukluk deneyimlerine önem verirler. Ancak bu psikologlar, Freud'un tanımını yaptığı iç çatışmalar ve dürtülerin yerine, çocuğun yaşamında önemli yeri olan kişilerle olan ilişkileriyle ilgilendikleri görülmektedir. Çoğu durumda bu kişiler çocuğun ebeveynleri, en önemlisi de annesidir. İkincisi, nesne ilişkileri kuramcıları, çocuğun bilinçaltında çevresindeki önemli nesnelerin yansımalarını oluşturduğunu ifade eder. Çocuğun anne ve babasının bilinçaltı yansımaları, anne ve baba yanında olmadığı zamanlarda da çocuğun

onlarla ilişkilendirdiği bir nesne görevindedir. Çocuk tarafından anne-baba imgelerinin içselleştirilmesinde kullanılan stil, ileriki yaşlarda kuracağı ilişkilerde karşısındaki kişinin değerlendirilmesinde bir temeldir (Burger, 2006). Bağlanma kuramı psikanalitik bir yana sahip olmakla birlikte, aynı zamanda kişilerarası ilişkileri açıklamaya yöneliktir. İlk olarak bağlanma kuramı patolojiden çok zihinsel sağlığa vurgu yapmaktadır. İkincisi, bakıcılarla olan yaşantıların “içsel” yönleriyle değil “gerçek” yaşantılarla ve bunlara ilişkin zihinsel temsillerle meşgul olur (Güngör, 2000).

Bağlanma ‘bireyin korkması, yorulması ya da hasta olması durumunda bir figür ile ‘güçlü ilişki kurma’ ya da ‘güçlü yakınlık arama’ isteği olarak açıklanmaktadır (Bowlby, 1969; Dilmaç vd., 2009; Hamarta vd., 2009; Deniz, 2011). Bowlby (1969), çocuk yuvası ve hastanelerde kalan çocukların ve bebeklerin davranışlarına bakmış; güvenli bağlanma ilişkisi yaşamış olan çocukların ve bebeklerin annelerinden ayrılmaya karşı gösterdikleri davranışların, benzer bir süreçten geçtiğini görmüştür. Bowlby bu davranışları; karşı koyma, umutsuzluk ve kopma (ayrılma) olarak adlandırmıştır. Karşı koyma aşamasında, çocuk annesinin kendisini bıraktığı ile ilgili düşünce ve ifadelerle, endişe, üzüntü, yoğun ağlama davranışları sergiler. Umutsuzluk aşamasında, çocuk hiç yardım istemez, arada sıra ağlar, fiziksel olarak kendini geri çeker. Son aşama olan kopmada, çocuklar çevresi ile daha fazla ilgilenmeye başlar, sosyal davranışlar gözlenir. Bowlby (1969), bağlanmayı, stres verici durumlarda güvenliğin kaynağı olarak düşünülen özel bir bakıcı ile çocuk arasındaki etkili bir bağ olduğunu ön görmektedir. Ona göre çocuklar genetik olarak bağlanma davranışı göstermeye yatkındırlar ve koruyucu bir yetişkine bu davranışı göstererek, bağlanırlar.

Bowlby (1969), bağlanma ilişkisinin;

- a) yakın bakım ya da bakıcıya yakın olma,
- b) çevreyi keşfederken ve yeni davranışlar öğrenirken yeterince rahat olabileceği “güvenli üs” olarak bakıcıyı kullanma,
- c) bebeğin rahatlık, destek ve yeniden güvence için bakıcıya güvenmesi anlamında güvenli bir sığınak olma

olarak üç çeşit görevi olduğunu ifade etmektedir.

Evrimsel açıdan bakıldığında, kendisine bakacak biri olmadığında bebeğin ölme ihtimali olduğu gibi duygusal bağ kurmaması halinde de gelişim gerçekleşmeyip ölme ihtimali vardır. Duygusal bağ, yeme içme kadar önemlidir. Bağlanma sisteminin temel amacı bakım ve

yakınlığın devamını sağlamaktır. İlk bağlanma ilişkisi bu yüzden bebeğin bağlanılacak kişiyi güvenlik kaynağı olarak görme derecesine dayanmaktadır (Arslan, 2008). Bağlanma kuramının bakış açısına göre bağlanmanın gelişimsel olarak aşağıdaki süreçlerden geçtiği söylenir (Ammaniti vd., 2000):

1. Çocukların genetik yapıları ve onların bakım verenleri ile ilişkileri ilk beş yıl içerisinde farklı bağlanma biçimlerinin gelişmesini ve kazanılmasını sağlar.
2. Bakım veren ile çocuk arasındaki bağlanma etkileşimleri çocuklar tarafından içsel çalışma modelleri olarak içselleştirilir.
3. Bunlar, bebeklikten, çocukluğa, ergenliğe, yetişkinliğe ve yaşlılığa aktarılmaktadır.
4. Ebeveynlerden çocuklara kuşaklar arası aktarılan bağlanma stratejileri, kişinin kendi ebeveyn bağlanma temsilleri olarak, ebeveyn davranışları içerisinde sıklıkla görülmektedir.

Bağlanma kuramına göre, kişilerarası ilişkilerde ilk yaşantıların izleri içsel çalışan modeller aracılığıyla sonraki yaşantılara geçmektedir. Erken yaşlarda çocuk ve bakım veren kişi arasındaki etkileşim sonucu çocuk, kendisinin bakım almaya ve ilgi görmeye değer olup olmadığıyla ilgili bir kaniya varabilir. Ayrıca çevresindeki insanlara güvenip güvenmeyeceği ile ilgili “içsel çalışan modeller” geliştirmektedir. Bu içsel çalışan modeller bireyin yaşam boyu ilişkilerini belirleyicisi olmaktadır (Bowlby, 1973; Altuntaş ve Altınova, 2015).

Bowlby (1980), ebeveynler çocukların bakım, korunma ve keşfetme ihtiyaçlarını karşılamazlarsa, çocuklar savunma davranışları geliştirmektedir. Bu durumlarda çocuklar yalnız hareket ederler ve hiçbir konu hakkında yorum yapmazlar. Aynı şekilde çocuğun ihtiyaçlarının bakımını üstlenen kişi/ler tarafından karşılanmaması, çocuğun bağlanma figürüne karşı olumsuz algı geliştirmesine sebep olur. Bu durum çocuğun davranışları değerlendirme modelini etkiler. Bowlby'ye göre (1969); çocuğun gelişimi sırasında zihninde ‘bağlanma deneyimlerini, ‘içsel çalışma modellerini ya da kendinin ve diğer insanların temsillerini oluşturduğu ve bunları içselleştirdiği bildirilmektedir. Bu görüş çerçevesinde içsel çalışma modelinin, çocuk tarafından deneyimlenen her şeyin tamamıyla gerçek bir temsili olduğu kabul edilmektedir (Bowlby, 1969; Bretherton, 1985; Cassidy, 1994). İçsel çalışma modelleri, bakım veren ile ilk defa deneyimlenir, gelişerek içselleşir ve sonrasında dünya ve diğerleri hakkındaki beklentilere genellenir (Bowlby, 1973). Bu modeller, diğer bireylerle kurulan mantık ilişkilerinde, duygusal bağ kurulmasında, güven düzeyinin arttırılmasında, yakınlık tutumu geliştirilmesinde bireye yardım eder (Arslan, 2008). Bu modeller ayrıca, diğerlerinin

davranışlarına ilişkin öngörü sahibi olma ve bireyin ilişkilerinde amaçladıklarına ulaşmada davranışlarının planlamasına kolaylık sağlar (Feeney vd., 1999). Çalışma modellerinin iki önemli ögesi vardır: Bu çalışma modellerinden birincisi, çocuğun diğer insanları nasıl gördüğü, ikincisi ise çocuğun kendisini nasıl gördüğüdür (Bowlby, 1973). Çalışma modellerinin iki önemli ögesi aşağıdaki şekilde özetlenebilir (Bartholomew ve Horowitz, 1991):

- a) Bağlanma figürünün, çocuğun korunma ve desteklenme isteklerine genellikle uygun tepki veren bir insan olarak değerlendirilip değerlendirilmediği
- b) Bireyin bağlanma figürü tarafında ne kadar iyi ve ne kadar değerli olduğunu kavramasıdır.

Bağlanma kuramına ilk büyük katkıyı, Bowlby'nin kuramının temel sayıltılarını ilk kez sistematik olarak sınavan Mary Ainsworth (1964) tur. Bowlby gibi, Ainsworth da bağlanmayı 'çocuk ve onun birincil bakıcısı arasındaki bağ', bağlanma davranışını da 'bu tür bir ilişkinin şekillenmesi ve sonrasında da ilişkilere aracılık etmesine yardımcı olan davranışlar' şeklinde ifade etmiştir. Ainsworth'un çalışmalarının başlıca amacı, bağlanma kuramının "duyarlık" denencesini sınamak, böylece çocukluktaki bağlanma davranışının annenin çocuğun gereksinimlerine olan duyarlılığı ya da duyarsızlığı ile açıklanıp açıklanamayacağını kavramaktır. Ainsworth ve arkadaşları (1978), 1-2 yaş arası çocukların anneleri tarafından yalnız bırakılmaları sonucunda, yalnız bırakılma stresini nasıl karşıladıkları ve bu durumun üstesinden nasıl geldiklerini gözlemlemiştir. "Yabancı ortam deneyleri" olarak adlandırılan bu çalışma çocukların sevecekleri oyuncakların olduğu bir odada yapılmıştır. Ainsworth ve arkadaşları (1978), çocukların bu deneydeki davranışları hakkındaki gözlemlere dayalı olarak "güvenli", "kaygılı/kararsız" ve "kaçınan" olmak üzere üç bağlanma stili gösterdiğini söylemiştir.

Güvenli anne-çocuk ilişkisinde annelerin çocuklarına daha fazla ilgi ve duyarlık ve tutarlık gösterdikleri, bu çocukların annelerinin yanlarında olmadığı durumlarda bile annelerine ulaşabileceklerinin bilincinde oldukları, mutlu ve özgüvenli olma eğilimi gösterdikleri söylenmiştir (Burger, 2006).

Kaygılı/kararsız bağlanma ilişkisinde anne, çocuğun gereksinimlerine karşı ilgili ve duyarlı değildir. Kaygılı/kararsız bağlanmaya sahip çocuklar annelerinden ayrıldıklarında yoğun kaygı kızgınlık ve öfke duygusu yaşamaktadırlar. Anneleri gittiğinde ağlarlar, anneleri

geri döndüğünde ise sevinirler ve kucaklarlar. Sevinip kucaklasalar bile, birdenbire sinirli görünmeye başlayarak annelerini protesto ederler (Ainsworth vd., 1978).

Kaçınan bağlanmada anneler çocuklarına karşı duyarlı değildir. Dolayısıyla bu tür bağlanmada çocuklar bu tavırları karşısında annelerine uzak durma ve duygusal yönden olumlu bağlar geliştirmeme şeklinde bir tepki verirler (Burger, 2006). Kaçınan bağlanmaya sahip çocuklar, annelerinin gidişinden rahatsız olmamış gibi görünürler ve anneleri döndüğünde ise yakın olmaktan kaçar, sakin ya da ilgisiz görünürler. Fiziksel temas ya da rahatlama ihtiyacı duymazlar.

Ainsworth (1989), bebeklerin ebeveynleriyle kurmuş oldukları ilişkilerle şekillenen bağlanmalarının, genellikle yetişkin olduklarında kurmuş oldukları yakın ilişkilerde de tekrarlanacağını belirtmektedir. Ainsworth (1964) ve Bowlby (1969), öncül ilgi verenlerle (genellikle anneler) çocuklar arasında var olduklarına inandıkları bir bağ olduğunu ifade etmişlerdir. Daha sonra “bağlanma” olarak etiketlenen bu bağ, bireylere dünyayla etkileşebilecekleri, sabit, duygusal bir esas sağlayan birey ile ilgi veren (anne) arasındaki etkili ilişki olarak kavramsallaştırılmıştır. Bu tip ilişkinin karakteristikleri; destekleyicilik, güvenilirlik ve kabul edilme olarak özetlenir. Bu duygusal bağın kurulmasındaki temel eğilim ve gereksinim, yeni doğanların hayatlarını sürdürebilmelerinde gerekli ve gelişimsel yönden de işlevsellik gösteren bağlanmayı ifade etmektedir. Bu bağın, gelecek ilişkilerin ve bireylerin kendileri ve diğerleri ile ilgili örnek düşüncelerini temsil ettiği düşünülmektedir (Çakır, 2008).

Bu görüşe dayanarak Hazan ve Shaver (1987) ise aynı bağlanma biçimlerinin ergenlik döneminde, yetişkinlikteki duygusal ilişkilerinde evlilik ilişkilerinde ortaya çıkabileceğini ileri sürmüşlerdir. Yaptıkları araştırmalarla üç bağlanma stilini (güvenli, kaçınan ve kaygılı/kararsız) ortaya koyan bir ölçek geliştirmişlerdir. Üçlü bağlanma stilinin yetişkinlerin duygusal ilişkilerinde de gözlemlendiğini öne sürmüşlerdir. Bartholomew ve Horowitz (1991) ise, Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) çocuklar üzerinde yapılan çalışmalarda tanımlanan, Hazan ve Shaver (1987) tarafından yetişkinlere uyarlanan üçlü bağlanma stilinin, dörtlü bağlanma şeklinde ifade edilebileceğini söylemişlerdir. Bu araştırmacılarca, yetişkinlerin duygusal ilişkilerinde oluşan bağlanma stillerinin, çocuklarla ebeveynleri arasında oluşan bağlanma stillerinden farklılaştığı kabul edilmektedir. Kaygılı, güvenli, kaçınan ve ikircikli bağlanma stillerinin duygusal ilişkilerde de ortaya çıktığı iddia edilmiştir. Hazan ve Shaver tarafından çocuklukta oluşan üç bağlanma stiline karşılık olacak şekilde geliştirilen ölçek, birçok araştırmada yer almaktadır (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011).

Barthalomew ve Horowitz (1991) tarafından ortaya atılan dörtlü bağlanma modeli (Klohn ve Oliver, 1998), kişinin kendisini ve başkalarını olumlu veya olumsuz değerlendirmesi üzerine geliştirilmiştir. Bu bakımdan bireyin ‘Güvenli: Kendine ve başkalarına olumlu’, ‘Kayıtsız: Kendisine olumlu, başkalarına olumsuz’, ‘Saplantılı: Kendisine olumsuz, başkalarına olumlu’ ve ‘Korkulu: Kendisine olumsuz, başkalarına olumsuz’ değerlendirmeleri üzerine geliştirilen dört bağlanma stiline olduğunu ifade etmişlerdir (Barthalomew ve Horowitz, 1991).

2.1.2. Bağlanma Stilleri

Bağlanma stilleri arasında alanyazında en yaygın kullanıma sahip olanlar Barthalomew ve Horowitz (1991) dörtlü bağlanma modeli (güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma ve korkulu bağlanma) ile ebeveyne (anne ve babaya) ve akranlara (arkadaşlara) bağlanma stilleridir. Aşağıda bu bağlanma stilleri ele alınacaktır:

2.1.2.1. Barthalomew ve Horowitz Dörtlü Bağlanma Modeli (1991)

Barthalomew ve Horowitz’in Dörtlü Bağlanma Modeli’nde (1991) geçen bağlanma stilleri ‘güvenli bağlanma’, ‘kayıtsız bağlanma’, ‘saplantılı bağlanma’ ve ‘korkulu bağlanma’dır.

2.1.2.1.1. Güvenli bağlanma

Güvenli bağlanma stili, olumlu benlik modeli ve olumlu başkaları modelinin birleşmesinden meydana gelir (Barthalomew ve Shaver, 1998). Bu bağlanma stili olan kişiler ‘yakınlık’ konusunda rahattırlar ve kendileri hakkında değerlik duygusunu içselleştirmişlerdir (Arslan vd., 2012). Güvenli bağlanma, diğer insanların genellikle kabul edici ve uygun tepki vereceği beklentisi, sevillebilirlik ve değerlilik duygusunu hatırlatmaktadır (Barthalomew ve Horowitz, 1991; Arslan, 2008).

2.1.2.1.2. Kayıtsız bağlanma

Kayıtsız bağlanma stili, olumlu benlik modeli ve olumsuz başkaları modelinin birleşiminden oluşur. Kayıtsız bireyler olumsuz beklentilerinden dolayı sıklıkla yakınlıktan kaçarlar. Fakat yakın ilişkilerin değerini savunmacı bir şekilde inkr ederek, benlik değeri duygusunu srdrrlar (Barthalomew ve Shaver, 1998). Bu bağlanma stili, diğer insanlara karşı olumsuz bir tavırla birlikte bir sevgi-değerlilik duygusunu ifade etmektedir. Bu bağlanma

stilindeki bireyler yakın ilişkilerden kaçınarak, özerklik ve incitilemezlik duygularını geliştirerek kendilerini hayal kırıklıklarına karşı savunurlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

2.1.2.1.3. Saplantılı bağlanma

Saplantılı bağlanma stili, olumsuz benlik modeli ve olumlu diğerleri modeli birleşiminden oluşur. Saplantılı bireyler diğerleri tarafından güven ve kabul kazanmak konusunda kaygılıdır (Bartholomew ve Shaver, 1998). Saplantılı bağlanma, diğer insanların olumlu değerlendirilmesiyle birlikte, bir değersizlik duygusu göstermektedir. Bu bağlanma stili özelliği gösteren bireyler yakın ilişkilerinde kişisel değerlilik ve kişisel yeterliliği bulmak için çaba sarf ederler (Arslan, 2008).

2.1.2.1.4. Korkulu bağlanma

Korkulu bağlanma stili, güvenli bağlanmayla karşılaştırıldığında ters bir yapıdadır (Şeleci, 2014). Bu bağlanma stilinde kendiliğin değersiz görülmesi yanı sıra, diğer bireyler ise olumsuz değerlendirilmektedir (Karakoyun, 2014). Birey, kendini sevmeye lâyık görmez. Değersiz hissederek ve diğer bireylere karşı da bir reddedilme korkusu, güvensizlik ve olumsuzluk duygusu barındırır (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bu bireylerin diğer bireylere karşı soğuk, mesafeli hatta düşmanca davranışlar sergiledikleri de belirtilmiştir (Karakoyun, 2014). Dolayısıyla bu bireylerde ‘benlik algısı’ olumsuz, kaçınmaya ve kaygıya ilişkin düzeylerde yüksektir (Hayali Emir, 2014). Bundan dolayı da bu bağlanma stiline sahip kişilerin kendileri ve karşısındaki bireylere ilişkin olumsuz algılara sahip olmaları nedeniyle, sosyal ilişkilerden kaçınarak bağlanma konusunda korku duydukları, yakın ilişkilerden kaçındıkları veya ilişkilerinde normal bireylere göre daha çok problem yaşadıkları görülür (Erzi, 2012). Bu bireylerde evlilikte uyum ve ruh sağlığı da daha olumsuzluk gösterir (Erzen, 2013).

2.1.2.2. Ebeveyne Bağlanma Stilleri

2.1.2.2.1. Anneye bağlanma

Modern psikolojide evrensel olarak ailenin yakın, uzun süreli ve duygusal olarak zengin kişilerarası ilişkilerin çoklu bir kompleksi şeklindeki tanımı neticesinde, zihinsel gelişimin temel koşullarını ve bir bütün olarak kişiliğin oluşumunu kendi içinde taşıdığına inanılır. Çocuk doğum anından itibaren (hatta daha erken olarak doğum öncesi dönemde) bu ilişkilere dahil olur. Böyle bir yaklaşımın kullanılmasıyla, bilişsel ve duygusal gelişim ile ilgili birçok klasik

psikoloji problemi, çocuğun iletişim ve faaliyetlerinin ana-çocuk ilişkilerinin sınırları içindeki (anne-çocuk, baba-çocuk, kardeş-çocuk, büyükbaba-çocuk vb.) analizine dönüşmüştür. Yıllar boyunca, bireyin kişisel özelliklerinin oluşumu üzerindeki erken duygusal bağların çok yönlü ve sürekli etkilerine dair yeni kanıtlar ortaya çıkarılmıştır. Dünyaya tam anlamıyla annesiyle olan fiziki bağının (göbek bağının) kesilmesiyle gelen ancak duygusal, bilişsel ve ruhsal anlamda bu bağı hissetmeye devam eden çocuk, bir yabancından en iyi bakımı alıyor olsa bile annesinden ayrılırken etrafındaki dünyayla ilgilenmeyi keser. Endişe, ümitsizlik veya ilgisizlik hisseder ve hastalanır. Bağlanma, çocuğa yalnızca yeni ve karmaşık dünya karşısında kendisini güvende hissettirmekle kalmaz, aynı zamanda insanlarla olan iç iletişim ihtiyacını da temsil eder. Anneye bağlanması çerçevesinde çocuk, bilişsel, duygusal ve davranışsal alanları ile bağlantılı olan ilk kişilerarası ilişkiler modelini yaratır (Burmenskaya, 2009).

Çocuğun gelişimi ve bağımsızlığı arttırma sürecinde, anneye olan bağlılığı da dönüşüme uğrar. Ancak tamamen ortadan kalkmaz. Doğrudan fiziksel temas ve yakınlık ihtiyacı, aynı şekilde psikolojik güvenlik ve destek, gizli iletişim ve annesinin esnek ama çok sıkı olmayan rehberliğine ihtiyaca çevrilir. Çocuk, genç ve daha sonra yetişkin olarak devam eden döngüde bağlanma duygusu daha da genişler ancak bir bağlanma figürü olarak annenin rolü hep devam eder (Burmenskaya, 2009). Fraley'in (2002), Jacobsen, Edelstein ve Hofmann'ın (1994), Mikulincer ve arkadaşlarının (2002) ve Thompson'ın (1999, 2000) çalışmalarında da gösterildiği gibi, anneye bağlanmanın etkisi çocukluk döneminin ilk aşamaları ile sınırlı değildir. Yetişkinlik dönemine de uzanmaktadır. Buna bağlı olarak, bağlanma etkisi alanı, akranlar ve partnerler ile dostane ve romantik ilişkileri kapsayan uygun çocuk-ebeveyn ilişkilerinden çok daha geniş görünmektedir (Fraley ve Shaver, 2000; Kerns vd., 2000).

Thompson'ın (1999) ve Weinfield, Sroufe, Egeland ve Carlson'ın (2008) çalışmalarında, anneye güvensiz bağlanmanın çocukların gelecekteki sosyo-duygusal gelişmesi için bir risk oluşturduğunu söylemektedir. Diğer yandan anne babalarına daha az güvenli bir şekilde bağlanan çocukların ihtiyaçlarına duyarlık gösteren öğretmenlerin çocuklarla oldukça olumlu ilişkiler kurabildikleri de açıklanmıştır (Buyse, Verschueren ve Doumen, 2011). Okul öncesi ve erken dönemdeki okul çocukları için anneye bağlanmanın niteliği, dışsallaştırma davranışları (örneğin, sınıfta saldırganlık gibi) ile ilişkilidir (Cohn, 1990; Turner, 1991). Bununla birlikte, anneye bağlanmanın kalitesi ile daha sonraki sosyo-duygusal gelişim arasındaki ilişkiler orta düzeyde olup diğer ilişkiyel etkiler için de yer bırakmaktadır (Van Ijzendoorn, Sagi ve Lambermon, 1992). Kişiliği, anneye güvensiz bağlanma koşullarında oluşmuş insanlar, oldukça farklı duygusal/kişilik alanına ve farklı karmaşıklıkta bireysel ve

tipik özelliklere sahiptir. Bu nedenle, annesine karşı kayıtsız bağlanma stiline sahip çocukların ve yetişkinlerin ayırt edici bir özelliği, yakın ilişkilerde bir rahatsızlık hissi, bir kırgınlık hissi ve bağımlılık olmaktadır. Bu sadece hoş olmayan bilgilerin bastırılması değil, algısının azaltılması, duygusal alanın tükenmesi ve duygusal kapanma anlamına gelmektedir. Kişilerarası ilişkilerde ayrışma eğilimi ve sadece kendilerine güvenmek için çaba gösterme davranışları tipik davranışlarıdır. Kaygılı ve kararsız bağlanma türü olan insanlar ise, ortaklar tarafından öneminin kabul edilmesi, desteklenmesi ve onaylanması için abartılı bir ihtiyaç duymaktadır. Yakın ilişkilerinde anksiyete ve duygusal hiperaktivasyon ile birleştirilen bu grup, saldırganlık ve öfke duygularını gerçekleştirir. Aynı zamanda, bir bağlanma figürüne olan ilgiyi abartılı bir şekilde ele alarak bir bağımlılık pozisyonu yaratır (Mikulincer vd., 2002).

2.1.2.2.2. Babaya bağlanma

Bağlanma kuramı, kişilerin ebeveynleri ile olan deneyimleri veya bağlanma stilleri ile ilerleyen yaşlarda duygusal bağlar oluşturma kapasiteleri arasında nedensel bir ilişki olduğunu göstermektedir (Grossmann K. ve Grossmann K. E., 2009). Çocuğun her ihtiyaç duyduğunda anneden olduğu kadar babadan da aldığı içten ve ilgili bakım çocuğa bir değer duygusu ve başkalarına yardım inancı kazandırdığı gibi, çevreyi güvenle keşfetmesine de yardımcı olur. Ayrıca bu tür deneyimler, çocuğun yetişkinlikte kuracağı karşılıklı destekleyici ve kalıcı ilişkiler için en uygun ön koşulları hazırlar ve sonrasında ise ebeveynlik için bir model oluşturur (Sroufe, Egeland, Carlson ve Collins, 2005; Bowlby, 1999). Ebeveynler arasındaki etkileşim stiline benzerliği, anne ve babaya bağlanma stilinde uyum olmasını sağlayabilir. Anne ve babanın bebeklerine ilişkin işaretlere/ıpuçlarına duyarlı olması, ebeveyn ve bebek arasındaki sınıflandırmada yüksek derecede bir bağlanma beklentisi meydana getirir (Fox, Kimmerly ve Schafer, 1991).

Anneler ve babalar, bebeklerini farklı şekilde etkileyebilirler. Diğer bir deyişle, bebeklerinin konforuna yönelik duyarlılık dereceleri değişebilir. Bu durumda, bir çocuğun anne ve babası için bağlanma stili aynı olmayabilir. Gerçekten de bir çocuğun bir ebeveyn veya bakıcıya güvenli bir şekilde bağlanması ve ikinci bir bakıcıya güvensiz bir şekilde bağlanması mümkün olabilir. Bağlanma kuramcılarının, anne/babaya bağlanma stilindeki uyumsuzluğu hakkındaki verilerin bu iddiaları desteklediğini ileri sürmüştür (Fox, Kimmerly ve Schafer, 1991). Nitekim ebeveyne bağlanmanın, lise çağındaki çocuklarda zorlukları yenme derecesi (ya da zorluklarla baş etme düzeyi) ve kendine zarar verme düşüncesinin yordayıcısı olup olmadığına yönelik olarak yapılan bazı çalışmalarda (Marquardt ve Suljevic, 2016; Erdem,

2017) ve ayrıca anne ve babaya bağlanmanın üniversite öğrencilerinin kariyer kararları üzerindeki etkisine yönelik bir çalışmada (Lease ve Dahlbeck, 2009) babaya bağlanmanın anneye bağlanmadan farklı etkide bulunduğu görülmüştür.

Erdem'in (2017) yaşları 15 ila 19 arasında değişen 451 (252'si kız, 199'u erkek) lise öğrencisinin ebeveynlerine bağlılıkları ve zorlukları yenme dereceleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada; anneye bağlanmanın, zorlukları yenme derecesine ilişkin varyansın yüzde 36'sını açıkladığı görülmüştür. Buna babaya bağlanma eklendiğinde birlikte varyansın yüzde 42'sini açıklayabildikleri; standardize edilmiş β değerlerinin anneye bağlanmanın en iyi yordayıcı olduğunu, bunu babaya bağlanmanın izlediğini gösterdiği görülmüştür. Buna göre lise çağındaki çocukların ebeveynlerine bağlanma stilleri/düzeyleri, onların zorlukları yenme dereceleri hakkında bizlere önemli ipuçları vermektedir. Diğer yandan, anneye bağlanmanın babaya bağlanmaya göre zorlukları yenme derecesini açıklamada daha iyi olduğunu göstermektedir.

Marquardt ve Suljevic'in (2016) ergenlerde ebeveyne bağlanma ve kendine zarar verme arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla 8. ila 12. sınıflar arasında öğrenim görmekte olan 564 lise öğrencisiyle yaptıkları çalışmada; anne-babayı ihtiyaç duyduğunda yeterince yanında bulamama, anneye yönelik öfke ve babaya karşı düşük empati beslemenin kendine zarar verme ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca çocuğun babasına yönelik daha fazla öfke duymasının, kendine zarar verme düşüncesini azalttığı saptanmıştır.

Lease ve Dahlbeck'in (2009) üniversite öğrencilerinde ebeveyn etkileri, kariyer kararını etkileyen unsurlar ve öz yeterlilik üzerine yaşları 18 ila 52 arasında 257 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmada ise kız öğrencilerin üniversite bölümlerini seçmede otoriter babaya bağlanma stiline varyansa anlamlı düzeyde katkıda bulunduğu saptanmıştır. Ayrıca anneye bağlanmanın kız öğrencilerin kariyer kararı üzerinde anlamlı etkisi bulunmasına karşın babaya bağlanmanın kariyer kararına yönelik davranışlar üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

2.1.3. İlgili Araştırmalar

2.1.3.1. Bağlanma ile İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

Alanyazında incelenen çalışmalar arasında üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerini araştıran bazı çalışmalara (Saymaz, 2003; Özer, 2009; Akhunlar, 2010; Altundağ, 2011;

Yazıcıoğlu, 2011; Erzi, 2012; Demir, 2017; Gül, 2017; Karakaş, 2017; Yağcı, 2017) rastlanmıştır. Bu bölümde bu çalışmalar, bağlanma stilleri özelinde özetlenerek incelenecektir.

Yağcı'nın (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleriyle sürekli öfke ve öfkeyi ifade etme tarzlarının ilişkisini araştırmıştır. Araştırmasını 196 üniversite öğrencisiyle yürütmüştür. Demografik Bilgi Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri, Toronto Aleksitimi Ölçeği ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Ölçeği katılımcılara sınıf ortamında gruplar halinde uygulamaları için verilmiştir. Güvenli bağlanma stili ile sürekli öfke arasında negatif yönlü, kaçınan bağlanma ile içedönük öfke arasında pozitif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır. İlgili çalışmada bağlanma stillerinin cinsiyete ve alkol kullanım durumuna göre farklılaşmadığı, ancak sigara kullanım durumuna göre farklılık gösterdiği tespit edilmiş, buna göre sigara kullanan üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanma stillerini sigara kullanmayanlara göre anlamlı düzeyde daha fazla kullandığı görülmüştür.

Karakaş'ın (2017) tükenmişlik sendromunu üniversite öğrencilerindeki bağlanma stilleri aracılığıyla değerlendirmek üzere 100 üniversite öğrencisiyle yürütülmüştür. Bu çalışmada katılımcılara sırasıyla Sosyo-demografik bilgi formu, Maslach Tükenmişlik Envanteri, İlişki Ölçekleri Anketi verilmiştir. Öğrencilerin tükenmişlik düzeyleri ile bağlanma düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ancak çalışmada İlişki Ölçekleri Anketi'nin alt boyutlarının güvenilirlik puanları düşük çıktığı için alt ölçeklerin sosyo-demografik değişkenlere göre analizleri yapılmamış, sadece ölçek bazında tükenmişlik ölçeği ile ilişkisi incelenmiştir. Karakaş'ın (2017) çalışmasında bağlanma stilleri puanları, standart sapmalar verilmeden alt ölçek toplam puanları şeklinde hesaplanmış olup 14,10 (güvenli, 4 madde), 19,62 (kayıtsız, 4 madde), 19,34 (saplantılı, 5 madde) ve 19,03 (korkulu, 5 madde) şeklinde bulunmuştur.

Gül'ün (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin duygu dışavurumlarıyla ilişkisini incelemek üzere 200 öğrenciyle yürüttüğü çalışmasında; kaygılı ve kaçınan bağlanma boyutun yer aldığı Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri kullanılmıştır. Bu çalışmada öğrencilerin bu boyutlardan almış oldukları toplam puanlar ya da puan ortalamaları hesaplanmamış, bunun yerine sosyo-demografik değişkenlere göre ayrılmış grupların bağlanmanın iki boyutundan aldıkları ve bağlanma stilleri ölçeği bazında toplam bağlanma puan ortalamalarının karşılaştırılmasıyla ve Duygusal Dışavurum Ölçeği toplam puan ortalamalarının bağlanma stilleriyle karşılaştırılmıştır. Çalışmada her iki boyuttan düşük puan alanların güvenli bağlanma stilini kullandıkları varsayılmıştır. Gül'ün (2017) çalışmasında;

öğrencilerin kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinin cinsiyetleri, öğrenim görmekte oldukları bölümleri, anne ve babalarının öğrenim düzeyleri, sahip oldukları kardeş sayıları, akademik başarı düzeyleri ve sosyoekonomik düzeylerine göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Ayrıca duygusal dışavurum ile bağlanma stilleri (güvenli, kaygılı ve kaçınan) arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır.

Demir (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile kaygı düzeyleri ve yetersizlik duyguları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın katılımcıları 18-25 yaş arası, İstanbul'da okuyan üniversite öğrencileridir. Veri toplama aracı olarak, İlişki Ölçekleri Anketi, Sürekli Kaygı Ölçeği, Yetersizlik Duygusu Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu belirlenmiştir. Öğrencilerin yetersizlik ve sürekli kaygı duygularının saplantılı bağlanmayla pozitif yönde, güvenli bağlanmayla ise negatif yönde ilişki gösterdiği bulunmuştur. Araştırmada erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre güvenli bağlanma stilini daha fazla, korkulu bağlanma stiline ise daha az kullandıkları saptanmıştır. İlgili çalışmada; kayıtsız bağlanma düzeyiyle yaş değişkeni arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken, diğer bağlanma düzeyleriyle (güvenli, korkulu, saplantılı) yaş arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Ayrıca çalışmada bağlanma stilleri ile öğrenim görülen bölüm, anne ve babanın öğrenim düzeyleri, kardeş sayısı ve yaşadıkları yer değişkenleri arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır.

Erzi'nin (2012) kız üniversite öğrencilerinde yeme tutumlarının yetişkin bağlanma stilleriyle ve stresle başa çıkma yollarıyla ilişkisini belirlemek amacıyla yürüttüğü çalışmada; Haliç Üniversitesi, Yeditepe Üniversitesi ve Maltepe Üniversitesi'nin Fen Edebiyat Fakülteleri'nde öğrenim gören 300 kız öğrenci çalışmaya katılmıştır. Çalışmada Yeme Tutum Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi, Stresle Baş Etme Yolları Ölçeği ve Bilgilendirilmiş Onam Formu kullanılmıştır. Kız öğrencilerin en çok güvenli ve kayıtsız bağlanma stillerini kullandıkları; en az ise saplantılı ve korkulu bağlanma stillerini kullandıkları saptanmıştır. İlgili çalışmada ayrıca en çok kayıtsız ve korkulu bağlanma stillerini kullananların, en çok güvenli bağlanma stilini kullananlara göre stresle başa çıkma yollarından kendine saklamayı daha çok kullandıkları; en çok saplantılı bağlanma stillerini kullananların, güvenli bağlanma stilini kullananlara göre stresle başa çıkma yollarından sorumluluğu kabul etmeyi daha çok kullandıkları saptanmıştır.

Yazıcıoğlu'nun (2011) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin stresle başa çıkma stratejileriyle ilişkisini incelediği ve 391 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü çalışmasında bağlanma stilleri kaçınma ve kaygı olmak üzere iki temel boyutta incelenmiştir. Araştırma

kapsamında Başa Çıkma Stratejileri Ölçeği, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II ve araştırmacı tarafından geliştirilmiş olan Kişisel Bilgi Formu'dur. Kendine olumlu başkalarına olumsuz duygular taşımayı ifade etmekte olan kaçınma boyutu araştırmada kullanılan dört temel bağlanma stilinden kayıtsız bağlanma stiline karşılık gelmektedir. Yazıcıoğlu'nun (2011) araştırmasındaki diğer bağlanma boyutu olan kaygı boyutu ise kendine olumsuz başkalarına olumlu duygular taşımayı ifade etmekte olup araştırmada kullanılan dört temel bağlanma stilinden saplantılı bağlanma stiline karşılık gelmektedir. Araştırmada kaygı boyutunun (saplantılı bağlanma stili) stresle başa çıkma stratejilerinden kaçınma stratejisiyle anlamlı ilişki gösterdiği; kaçınma boyutunun (kayıtsız bağlanma stili) ise stresle başa çıkma stratejilerinden sosyal destek arama stratejisiyle anlamlı ilişki gösterdiği bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, ailede kaçınıcı kardeş olduğu, doğum itibarıyla bakımını üstlenen kişiler, anne-babanın öğrenim düzeyi ve algılanan sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır.

Altundağ'ın (2011) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin stresle başa çıkma ve stresi algılama düzeyleriyle ilişkisini incelemiştir. Haliç Üniversitesi lisans öğrencilerinden 396 kişi, araştırmanın örneklem grubunu oluşturmaktadır. Araştırmanın veri toplama araçları Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği, İlişki Ölçekleri Anketi ve Stresle Başa Çıkma Tutumları Envanteri ayrıca araştırmacının hazırladığı sosyo-demografik formdur. Bağlanma stillerinin gerek stresle başa çıkma tutumlarını gerekse stresi algılama düzeyini etkilediği saptanmıştır. Araştırmada bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği ancak öğrenim görülmekte olan bölüme, algılanan ekonomik duruma, romantik bir ilişkisi olma ve bu ilişkinin kişiyi tatmin etme durumuna, algılanan ebeveyn tutumuna göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Altundağ'ın (2011) çalışmasında korkulu bağlanma ile güvenli bağlanma arasında negatif, kayıtsız bağlanma arasında ise pozitif yönlü ilişki olduğu; bağlanma stillerinin stresle başa çıkma tutumlarıyla ve stresi algılama düzeyleriyle negatif ve pozitif yönlü birçok anlamlı ilişki gösterdiği saptanmıştır.

Akhunlar'ın (2010) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin uyum süreçleriyle ilişkisini incelemek amacıyla 1033 öğrenciyle yürüttüğü çalışmada; güvenli bağlanma stilini kullanan öğrencilerin uyumlarının en yüksek olduğu, bu bağlanma stilini kullanan öğrencilerin uyum düzeylerinin diğer bağlanma stillerini (kayıtsız, saplantılı ve korkulu) kullananlara göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği saptanmıştır. Ancak çalışmada her biri 18 maddeden oluşan kaygılı ve kaçınan bağlanma gibi iki boyutun yer aldığı toplam 36 maddelik Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri kullanılmış olup, öğrencilerin bu boyutlardan almış oldukları toplam

puanlar ya da puan ortalamaları hesaplanmamıştır. Çalışmada, Barthalomew ve Horowitz (1991) önerdiği şekilde; her iki boyuttan da düşük puan alanların güvenli bağlanma stilini, düşük kaygı ve yüksek kaçınma puanı olanların kayıtsız bağlanma stilini, yüksek kaygı ve düşük kaçınma puanı olanların saplantılı bağlanma stilini, her iki boyuttan da yüksek puan alan öğrencilerin korkulu bağlanma stilini kullandıkları kabul edilmiştir.

Özer'in (2009), bağlanma stilleri ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi 638 üniversite öğrencisi üzerinde incelediği çalışmada; İhtiyaç Doyumu Ölçeği, Güdülenme Kaynakları ve Sorunları Ölçeği, İlişki Anketi ve Öznel iyi Oluş Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin öznel iyi oluşlarıyla güvenli bağlanma stilleri arasında pozitif; kayıtsız, korkulu ve saplantılı bağlanma stilleri arasındaysa negatif ilişkiler saptanmıştır. Öznel iyi oluşun açıklanmasında yalnızca güvenli bağlanma stilinin önemli olduğu bulunmuştur.

Saymaz'ın (2003) kişilerarası ilişkilerin bağlanma stilleriyle ilişkisini incelemek amacıyla 474 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirdiği çalışmada; katılımcılara, Eğitim Fakültelerinin çeşitli bölümlerinden İlişki Ölçekleri Anketi' (İOA) ve 'Kişilerarası İlişkiler Tarzı Ölçeği' (KİTÖ) uygulanmıştır. Erkek öğrencilerin güvenli bağlanma stilini kız öğrencilere göre daha fazla, korkulu bağlanma stilini ise kız öğrencilere göre daha az kullandıkları; 20-22 yaş ve 22 yaş üzeri öğrencilerin güvenli bağlanma stilini 18-20 yaş öğrencilere göre daha fazla kullandıkları; ailelerinin gelir düzeyi düşük ve yüksek olan öğrencilerin gelir düzeyi ortanın altında ve üstünde olan öğrencilere göre güvenli bağlanma stilini daha fazla kullandıkları; ailelerinin gelir düzeyi yüksek olan öğrencilerin diğer gruplara göre saplantılı bağlanma stilini daha az kullandıkları; annesi okumamış öğrencilerin güvenli bağlanma stilini diğer gruplara göre daha fazla kullandıkları; annesi okumamış öğrencilerin korkulu bağlanma stilini annesi ortaokul ve lise mezunu olanlara göre daha az kullandıkları; annesi ilkokul mezunu olan öğrencilerin korkulu bağlanma stilini annesi ortaokul mezunu olanlara göre daha az kullandıkları; babası ortaokul mezunu olan öğrencilerin kayıtsız bağlanma stilini babası lise mezunu olan öğrencilere göre daha fazla kullandıkları bulunmuştur. Ayrıca güvenli bağlanma stili ile kişilerarası ilişkilerde kişinin yardım isteme, bağımsızlık, dengelilik, başkalarına güvenme, duyarlık, kararlılık, insan severlik ve dışa dönüklük eğilimlerinin pozitif yönde; korkulu bağlanma stili ile hoşgörülü olma eğiliminin pozitif yönde; yardım isteme, güvenme, duyarlık, kararlılık, insan severlik ve dışa dönüklük eğilimlerinin negatif yönde; saplantılı bağlanma stili ile destekleyici, hoşgörülü, temkinli ve dengeli olma eğilimleri arasında pozitif yönde; bağımsızlık ve kararlılık eğilimleri arasında negatif yönde; kayıtsız bağlanma stili ile

bağımsızlık eğiliminin pozitif yönde; başkalarına güvenme ve dışadönüklük eğilimleri arasında negatif yönde ilişki olduğu saptanmıştır.

2.1.3.2. Bağlanma ile İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Prosen ve Vitulic, (2012) okul öncesi eğitimi, sınıf öğretmenleri ve sosyal pedagoji bölümlerine devam eden üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerini araştırmıştır. Araştırmanın örneklemini, Slovenya'da bulunan Ljubljana Üniversitesi/Eğitim Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan 639 öğrenci oluşturmaktadır. Bartholomew & Horowitz (1991) tarafından geliştirilen ilişki ölçeği kullanılarak; güvenli, saplantılı, korkulu ve kayıtsız bağlanma stilleri analiz edilmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre; okul öncesi eğitim öğrencilerinin bağlanma stili arasında orta düzeyde ve anlamlı derecede düşük bir ilişki görülürken ilköğretim ve sosyal pedagoji öğrencilerinin güvenli bağlanma stilini okul öncesi eğitimi öğrencileriyle karşılaştırıldığında daha fazla kullandıkları ortaya çıkmıştır.

Hawkins, Howard ve Oyebo, (2007) hastanede çalışan 84 tane hemşirelerin, bağlanma stilleri, stresle başa çıkma yolları ve stres düzeyinin araştırılmıştır. Güvensiz bağlanma özellikleri gösteren hemşirelerin güvenli bağlanma özellikleri gösterenlere göre daha fazla stres yaşadıkları görülmüştür. Korkulu ve kayıtsız bağlanma özellikleri gösteren hemşirelerin, güvenli ve saplantılı bağlanma özellikleri gösterenlere göre, baş etme yolu olarak daha az sosyal desteğe başvurduğu görülmüştür. Saplantılı ve güvenli bağlanma özellikleri gösteren bireylerin ise stres yaşadıkları durumlarda sosyal desteğe daha fazla başvurduğu saptanmıştır.

Bowlby (1969) yaptığı araştırma sonucunda bağlanmanın 3 yaşından sonra da devam ettiğini söylemektedir. Yapılan araştırmalarda 6 yaşındaki çocukların bakım verenlerinin ısrarla ellerini tutmak istediklerini gözlemlemiştir. Eğer ebeveynleri çocukların ellerini tutmaktan kaçınırsa veya tutmazsa, çocuklarda kaygı yaşandığını söylemektedir. Ayrıca çocuklar arkadaşları ile oyun oynarken kaygılanacakları bir durum olursa, canlarını sıkı bir durumla karşılaşarlarsa ebeveynlerini aramaya yöneldiğini gözlemlemiştir.

Ainsworth'un (1963/1967) Ganda'da yaptığı bir araştırmada 25 çalışan anneyi ziyaret etmiş ve 27 çocuğu inceleme fırsatı edinmiştir. Bebeklerin 6-9 ay arasında yoğun bağlanma gösterdiğini söylemiştir. Bu bağlanmanın sadece ağlama ile değil, anneye gülme, takip etme,

anneyi görünce kollarını açma ve sevinç çığlığı atma gibi tepkilerle gösterdiğini ifade etmiştir (Bowlby, 1969; 257-261).

Shaffer ve Emerson'un (1964) 60 bebek ile yaptığı bir başka araştırmada 6 aylık bebeklerin üçte birinin, dokuz aylık bebeklerin ise dörtte üçünün bağlanma davranışı gösterdiğini söylemektedir. İskoçya'da yapılan bu araştırmaya ve Ganda'da yapılan bir önceki araştırmaya bakılacak olursa, Bowlby bağlanma hızının değişikliğinden kaynaklı bağlanmanın şeklinin, sürekliliğinin ve yoğunluğunun da değiştiğini açıklamaktadır. Bağlanmayı kısa sürede değiştiren iki ana değişken belirlenmiştir. Bunlardan biri çevresel faktörler, diğeri ise organizmaya bağlı faktörlerdir (Bowlby, 1969; 257-261).

Japonya'da yapılan bir araştırmada çocukluk deneyimi ve depresif belirtilerin, bağlanma stilleri ve benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. 9-18 yaş arası 342 çocuğun katılım gösterdiği bu araştırmada; çocukluk döneminde kötü davranışlara maruz kalmış çocukların kararsız ve kaygılı bağlanma gösterdiğini ve güvenli bağlanma ile depresif belirtiler arasında anlamlı düzeyde negatif bir ilişkinin olduğu ortaya çıkmıştır. Kararsız bağlanma stili gösteren çocuklarda depresif belirtiler ve düşük benlik saygısı olduğu görülmüştür. Kaçıran bağlanma stili ile depresif belirtiler arasında doğrudan bir yordayıcılık olduğu görülmüştür (Hanako ve Akemi, 2015).

Marganska, Gallager ve Miranda'nın (2013) yaptığı araştırmada güvenli bağlanma gösteren kişilerin güvensiz bağlanma gösteren kişilere göre daha az genel kaygı bozukluğu ve duygu durum bozuklukları yaşadığı ortaya çıkmıştır.

Bogaert ve Sadava (2002), yetişkin bağlanma süreçleri ve cinsellik arasındaki ilişkiyi araştırmak için Kanada'nın Niagara bölgesinde 792 genç yetişkin üzerinde bir araştırma yapılmıştır. Araştırmada katılımcılar Simpson'un Yetişkin Bağlanma Ölçeğini ve çeşitli cinsel davranış ölçeklerini doldurmuşlardır. Araştırma sonuçlarına bakıldığında bağlanma ve cinsellik arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Güvenli bağlanma göstermiş bireyler kendilerini fiziksel olarak daha çekici bulmaktadır. Kaygılı bağlanma göstermiş bireyler ise daha az çekici bulmaktadır. Diğer bir taraftan kadınların daha fazla cinsel birliktelik/bağlanma içinde oldukları görülmektedir.

Tinke ve Bartholomew (1997) yaptıkları araştırmada, romantik ilişkisi olan ergenlerin bağlanma figürü ilk olarak romantik ilişkide oldukları kişiyi koyduklarını, sonra sırayla

annelerini, babalarını, kardeşlerini ve en iyi arkadaşlarını seçtiklerini söylemişlerdir. Romantik ilişkisi olmayan ergenlerse, önce annelerini, babalarını, kardeşlerini ve en iyi arkadaşlarını sıraladıkları gözlemlenmiştir. Ayrıca araştırmada çıkan sonuç yaş farkının bunu değiştirmedeği yönündedir.

2.2. Öz Duyarlık

2.2.1. Öz Duyarlık Kavramı

Neff'in (2003b) operasyonel yönden ele alarak tanımladığı öz duyarlık kavramı temel olarak ve Budizm Felsefesi'ne dayanmaktadır. Buna göre öz duyarlık; bireylerin acıya ve sıkıntıya yol açan duygulara açık olması, kendilerine karşı özen göstermeleri ve sevecen tutumlar taşımaları, yetersiz ve başarısız oldukları durumlarda kendilerine anlayış göstermeleri ve yaşadıkları olumsuzlukları doğal yaşam sürecinin bir parçası olarak kabul etmeleridir (Neff vd., 2005; Akın vd., 2007; Aydın ve Soyer, 2012; Karabacak ve Uzun, 2014; Oral Seyhan, 2016).

2.2.2. Öz Duyarlığın Temel Unsurları

Öz duyarlık; 'öz sevecenlik', 'paylaşımların bilincinde olma' ve 'bilinçlilik gibi pozitif unsurlardan ve öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme gibi negatif unsurlardan oluşmaktadır (Akın vd., 2007). Bu bölümde bu unsurlar incelenecektir.

2.2.2.1. Öz Sevecenlik (Öz Merhamet) (Self-Kindness)

Öz sevecenlik; kişinin beklentilerini karşılayamaması halinde benliğine yönelik ağır eleştirilerde bulunmaktan ve kınamaktan kaçınması ve bireysel gelişimi açısından benliğine zarar vermemesi, benliğine sevgi, anlayış ve sabırla, yapıcı olarak yaklaşarak olumsuz davranışlarını düzeltebilmesi için benliğini cesaretlendirmesidir (Neff vd., 2005).

Kendisine şefkat duyan birey, sert bir yargıya vararak öz eleştiri yapmaz. Kişinin kendisini acımasızca yargılayarak sert öz eleştirilerde bulunması, kendini geri planda algılaması ve diğerleriyle zayıf ilişkiler kurma hissinden kaynaklanabilir. Bireyin aşırı özeleştiri yapması, kendisine yönelttiği düşmanlık ve hor görme duygularından ya da kendini yatıştırma, rahatlatma ve sevmeye konusundaki yetersizliğindedir diyebiliriz. Ancak öz şefkati yüksek bireylerde bu olumsuzluklar meydana gelmez. (Özpulat, Günaydın, 2018).

Başka bir değişle, birçok birey kendi dışında gelişen, kontrolü dışında bir problem yaşadığında kendilerine sempati ile yaklaşmazlar. Aksine, öz sevecenliği yüksek olan bireyler kendi kendisini sakinleştirir. İçsel konuşmaları kendini eleştirmekten ziyade naziktir. Öz sevecenlik görüldüğü gibi bireyin kendine karşı anlayışlı ve kibar olma halidir (Germer ve Neff, 2013).

2.2.2.2. Paylaşımların Bilincinde Olma (Ortak Paydaşım) (Common Humanity)

Paylaşımların bilincinde olma, kişinin hayatı boyunca karşılaştığı mutluluk ve sıkıntı verici deneyimlerin yalnızca kendine has olmadığını, başkalarının da benzer durumlar yaşadıklarının farkında olunmasıdır. Bu tür bir farkındalığı bulunan kişiler; başarısız, acılı ve sıkıntılı durumlarda kendi kendini yargılama, toplumdan uzaklaşma isteği gibi duyguların yerine bu deneyimlerini insanlığın tüm deneyimlerine katkıda bulunan bir unsur gibi görür (Neff vd., 2005). Dolayısıyla bu farkındalıkta, kişinin benliğinin başkalarıyla bağlantısı ve insanların birbirleri ile oluşturdukları bağlar ön plana çıkar (Akın vd., 2007).

Paylaşımların bilincinde olma tüm olayların geçici olduğunu anlayıp bir sorunun sadece bizim başımıza gelmeyeceğini bilmektir. Bunu fark etmek yalnızlık duygumuza ve kendimizi diğer insanlardan soyutlama davranışımıza engel olur (Germer, 2009).

Ayrıca paylaşımların bilincinde olma içinde kişinin ızdırap veren olumsuz duygularından kaçması yerine, bu negatif duygularını kendisi için uygun şekilde pozitif yönde düzenlemesidir. Yapılan iç düzenleme kişinin kendisine duyduğu şefkat, hoşgörü ve insanlığın ortak değerleri ile gerçekleşir. Ortak paydaşım ögesi, kültürden, insanlığın evrensel değerlerinden, adil olmaktan, eşitlik ve bağımsızlıktan yararlanır. Bu nedenle ortak paydaşıma veya paylaşımların bilincinde olma bilincine sahip kişiler, kültürlerini koruyan ve bütün kültürlerle saygı gösteren kişilerdir (Sümer, 2008).

2.2.2.3. Bilinçlilik (Bilgece Farkındalık) (Mindfulness)

Bilinçlilik, kişinin hayatı boyunca karşılaştığı üzüntü ya da sıkıntı verici deneyimlerin kendisinde uyandırdığı duyguları kabullenmesini kolaylaştıran, diğer yandan da bu duygularla sürüklenmesini engelleyen bir farkındalık olarak tanımlanabilir (Neff, 2003b; Akın vd., 2007). Martin (1997) bu kavramı; 'kişinin dikkatini bir bakış açısı ya da değerlendirme kıstasına bağlamadan, bilincinin sakinlik ve esneklik içinde olduğu durumlarda psikolojik açıdan deneyimlediği özgürlük hali' olarak tanımlamıştır. Bilinçlilik kişinin hayatı boyunca

karşılaştığı zorluklar ve sıkıntılar karşısında dengeli düşünce ve duygular geliştirebilmesi, bu deneyimleri normalin çok üzerinde özdeşleştirmemesi ve bunlara kendisini kaptırmaması anlamına da gelir. Yüksek düzeyde bilinçli olan kişiler, deneyimlerini iyi/kötü ya da sağlıklı/sağlıksız olarak değerlendirmekten ziyade o anda oldukları şekilde kabul ederek değerlendirir (Akın vd., 2007). Bilinçlilik, kişilerin zihinlerini olumsuz deneyimlerden uzaklaştırmalarını, öz sevecenlik ve toplumsal paylaşım duyguları geliştirmelerini sağlaması bakımından önemlidir (Neff, 2003b).

2.2.3. Öz Duyarlılıkla İlgili Diğer Kavramlar

2.2.3.1. Öz yargılama

Öz duyarlılığın negatif unsurlarından biri olan öz yargılama, öz duyarlılığın pozitif unsurlarından olan öz sevecenliğin tam zıttı özelliklere sahiptir. Dolayısıyla öz yargılama; kişinin beklentilerini karşılayamaması halinde benliğine yönelik ağır eleştirilerde bulunması ve kendisini kınaması, benliğine zarar vererek bireysel gelişimini engellemesi, benliğine yapıcı olmayan (sevgisizlik, anlayışsızlık ve sabırsızlık gibi) olumsuz yaklaşımlar göstererek benliğinin cesaretini kırması ve olumsuz davranışlarını düzeltebilmesini engellemesi şeklinde tanımlanabilir (Neff vd., 2005).

2.2.3.2. İzolasyon

Öz duyarlılığın negatif unsurlarından biri olan izolasyon, öz duyarlılığın pozitif unsurlarından olan paylaşımların bilincinde olmanın tam zıttı özelliklere sahiptir. Bu doğrultuda izolasyon; kişinin hayatı boyunca karşılaştığı mutluluk ya da sıkıntı verici deneyimlerin yalnızca kendine has olduğunu düşünmesi, başkalarının da benzer durumlar yaşadıklarının farkında olamamasıdır. İzolasyon, kişilerin başarısız, acılı ve sıkıntılı durumlarda kendi kendini yargılama gibi duygular beslemesine yol açar ve toplumdan uzaklaşmasına neden olur (Neff vd., 2005). Dolayısıyla kişi, benliğinin başkalarıyla bağlantılı olduğunun ve insanların birbirleri ile oluşturdukları bağların farkında olmamaktadır (Akın vd., 2007).

2.2.3.3. Aşırı Özdeşleşme

Öz duyarlılığın negatif unsurlarından biri olan aşırı özdeşleşme, öz duyarlılığın pozitif unsurlarından olan bilinçliliğin tam zıttı özelliklere sahiptir. Aşırı özdeşleşme; kişinin hayatı boyunca karşılaştığı üzüntü ya da sıkıntı verici deneyimlerin kendisinde uyandırdığı duyguları kabullenmesini zorlaştıran, diğer yandan da bu duygularla sürüklenmesine yol açan bir

farkındalık eksikliği olarak tanımlanabilir (Neff, 2003b; Akın vd., 2007). Aşırı özdeşleşme, kişinin hayatı boyunca karşılaştığı zorluklar ve sıkıntılar karşısında dengesiz düşünce ve duygular geliştirmesine, bu deneyimleri normalin çok üzerinde özdeşleştirmesine ve bunlara kendisini kaptırmasına yol açar. Dolayısıyla bu tür bir yaklaşım kişilerin, deneyimlerini iyi/kötü ya da sağlıklı/sağlıksız olarak değerlendirmesine, bunları oldukları şekilde kabul etmemelerine neden olur (Akın vd., 2007). Bu durumda da kişi, zihnini olumsuz deneyimlerden uzaklaştıramayarak, öz sevecenlik ve toplumsal paylaşım gibi olumlu duygular geliştiremez (Neff, 2003b).

2.2.4. Öz Duyarlık Kavramı ile İlişkili Kuramlar

Öz Duyarlığın kuramsal yapısı, psikolojide yer alan kuramlardan, psikanalitik kuram, bilişsel davranışçı kuram, insancıl kuram ve ilişkisel kuramla uyum içerisinde olduğu söylenebilir.

2.2.4.1. Psikanalitik Kuram

Psikanalitik kuramda nesne ilişkilerinden, gizil boşluk kavramı öz anlayışın yapısıyla ilişkili görünür. “Gizil boşluk” Winnicott’un gerçek ile fantezi arasındaki orta alanı deneyimlemeye vurgu yaparak kullandığı genel bir terimdir. Bu kavram, bebeğin anne-çocuk ortak hayatından, anne ve çocuğun ayrı bireyler olmasına doğru ilerlemesinden oluşan obje gelişimi fikrinden doğar. Başlangıçta bebek tüm dünyayı gerçeklikten uzak bir düş aleminde yaşar ve bu düş alemi içerisinde kendi kendine tamamıyla yeter. Ben ve diğerlerini birbirinden ayırt edemez. Bu anlamda bir farkındalık yoktur. Daha sonra farkında olma başlar. Burada ‘ben biter ve ‘ben değil’ başlar. Çocuk bir annesi olduğunu idrak ettiğinde, ayrı bir birey olarak yaşamayı öğrenir. Çocuk, gelişip olgunlaştığında kendi alanını oluşturmaya başlar. Öz duyarlığın başlangıcı çocuğun “ben ve ben değil’ ayırt edebildiği bir sonraki noktada gerçekleşebilir. Bu, ben ve diğerlerini birbirine bağlayan kısım hem bilinçliliği hem de ortak paylaşımların farkındalığını çağırır. (Özyeşil, 2011). Öz duyarlık duygusunun bileşenleri olan, öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik ile çocuk, kendine bir bakış açısı yaratabilme yetisine sahip olur. Çocuk kendisiyle diğerlerini bağlayan bu gizil alanda hem bireysel farkındalık kazanır hem de ortak paydaşım farkındalığını kavrar (Tatlıoğlu,2010; Akt: Kirkpatrick, 2005).

2.2.4.2. Bilişsel-Davranışçı Kuram

Bilişsel-davranışçı kuram çerçevesinde gerçekleştirilen güncel uygulamalarda öz anlayışı teşvik etmektedir. Bu yaklaşımda danışanları daha az öz eleştirel ve daha fazla öz şefkatli olmaya teşvik eden Gestalt, çift sandalye diyalogu gibi müdahalelere önem verilir (Özyeşil,2011).

Danışanlar istek ve ihtiyaçlarına karşı duydukları olumsuzlukları kabule dönüştürürler. Geleneksel bilişsel müdahaleler ile bilinçli farkındalık temelli müdahalelerin arasındaki en büyük farklılık; bilinçli-farkındalık eğitiminde düşünceler mantıklı veya çarpık olarak değerlendirilmez ve değiştirilmeye çalışılmaz. Aksine danışanlara bu düşüncelerini gözlemlemeleri, kalıcı olmadıklarını fark etmelerini sağlamları ve bu düşünceleri yargılamadan kabul etmeleri öğretilir (Özyeşil, 2011).

Ellis'in Akılcı Duygusal Davranışçı Terapisi de öz anlayışla ilişkili olan eksikliklerin koşulsuz kabul edilmesine önem verir (Özyeşil, 2011). Ellis'in tanımıyla 'öz anlayış', kişinin 'koşulsuz öz şefkat' iyilik durumunu güçlendirmesine olanak sağlar (Neff, 2003a).

2.2.4.3. İnsancıl Kuram

Öz duyarlık, insancıl psikologların önerdiği koşulsuz kendini kabul kavramına benzemekle birlikte çok daha geniş bir anlam taşımaktadır. Bireyin yaşadığı acılardan kaçmak yerine, bunları açık yüreklilikle karşılmasını, kendisine özenli ve ilgili bir tutumla yaklaşmasını, yaşadığı acıyı azaltarak kendini iyileştirmeyi istemesini kapsar. Bunun yanı sıra, öz duyarlık insanın yetersizlik ve başarısızlıkları karşısında yargılayıcı olmayan, anlayışlı bir tutum sergilemesini ve yaşantılarını tüm insanlar tarafından paylaşılan ortak deneyimler çerçevesinde görebilmesini ifade etmektedir. Ayrıca öz duyarlık kişinin kendi başarısızlık ve zaaflarını affetmesini ve bir insan olarak sahip olduğu sınırlılıkları nedeniyle kendine saygı duymasını da içermektedir (Özyeşil,2011; akt: Kirkpatrick, 2005).

İnsancıl kuram, duygusal farkındalık araştırmacıların ilgi gösterdiği güncel bir konudur. Duygusal farkındalık, duyguyu fark etme ve tanımlama becerisinin farkında olma halini kapsar. Bireylerin geçmiş yaşantılarını ve bunun ne anlama geldiğini kavramaları açısından değerlidir. Duygu süreci terapide değişim açısından kritiktir. Duygusal farkındalığın artmasıyla birlikte danışanlar, duygusal tepkilerinin neler olduğunu kendi kendilerine anlayabilecekleri yeni tecrübeler kazanabilirler. Psikolojik danışman adaylarının bir başkasına yardım edebilmesi için,

kendi duygularını fark etmesi tanımlaması, kendine ve diğerlerine yönelik duyarlı ve empatik olması gerektiği literatürde kabul görmektedir. (Özyeşil, 2011).

2.2.4.4. İlişkisel Kuram

Jordan (1991) öz empatiyi, kişinin kendini eleştirmeden yaklaşabilmesi şeklinde açıklar. Jordan öz empatinin diğerlerine duyulan empatiye benzediğini ifade eder. Jordan tarafından öz empati ‘düzeltici ilişki tecrübesi’ olarak tanımlanır (akt, Sümer, 2008). Birey, daha önce kabul etmediği yanlarını kabul eder ve kendisine anlayışlı davranır. Jordan’ın tanımladığı öz empati, öz duyarlılıkta yer alan kendine kibar davranma, düşünceli olma ve insanlığın doğasındaki bazı özelliklerle benzerlik gösterir. (Neff, 2003a).

2.2.5. Öz Duyarlılık İle İlgili Araştırmalar

2.2.5.1. Öz Duyarlılık ile İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

Alanyazında öz duyarlılık ile ilgili yürütülen çalışmalar incelenmiş ve bu bölümde üniversite öğrencileri ve yetişkinler üzerinde öz duyarlılığı inceleyen araştırmalar (Sümer, 2008; Yılmaz, 2009; Soyer, 2010; Tatlılıoğlu, 2010; Adıgüzel, 2012; İkiz ve Totan, 2012; Asıcı, 2013; Bulduk ve Ardıç, 2015; Mete Otlu, İkiz ve Asıcı, 2016; Sadioğlu ve Onur Sezer, 2016; Tel ve Sarı, 2016; Alibekiroğlu, 2017; Kozalı, 2017; Esen, 2017; Bayar ve Tuzgöl Dost, 2018; Gündüz, 2018) ele alınmıştır.

Gündüz (2018) öz saygının, moral duygular ve depresyon ile ilişkisinde öz şefkat değişkeninin düzenleyici rolünün olup olmadığını incelemiştir. Araştırmayı, 18-63 yaş arasındaki yetişkin örnekleminde araştırmıştır. Çalışmaya 287 yetişkin katılmıştır. Araştırmada veri toplamak için Demografik Bilgi Formu, Öz Duyarlılık Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Beck Depresyon Envanteri ve Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda tüm değişkenlerin birbiriyle anlamlı ilişkiler içinde olduğu tespit edilmiştir. Öz saygı ile depresyon arasındaki ilişkide öz şefkatin 5 alt boyutunun (öz nezaket, ortak insanlık, bilinçli farkındalık, öz yargılama ve aşırı özdeşleşme) düzenleyici etkisi olabileceği gözlemlenmiştir. Ancak yapılan post-hoc analizinde anlamlı bir düzenleyici etkiye rastlanmamıştır.

Alibekiroğlu (2017) araştırmasında üniversite öğrencilerinde yaşam doyumu ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisinin incelenmeyi amaçlanmıştır.

Araştırmayı 308 kız 97 erkek olmak üzere toplam 405 öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Yaşam Doyumu Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Öz Anlayış Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar yaşam doyumu ile psikolojik sağlık, yaşam doyumu ile öz anlayış ve öz anlayış ile psikolojik sağlık değişkenleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu yönündedir. Bunun yanında yaşam doyumu ile psikolojik sağlık arasında öz anlayışın kısmi aracı etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın diğer bulguları ise yaşam doyumu, psikolojik sağlık ve öz anlayışın her birinin cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre anlamlı farklılaşmadığı yönündedir.

Kozalı (2017) yaşam kalitesi, bağlanma stilleri, depresyon, kaygı, duygulanım düzenleme stratejileri ve öz duyarlılık arasındaki ilişkileri 18 ila 63 arasında değişen 370 yetişkin üzerinde incelemiştir. Araştırmada öz duyarlılığın yaşam kalitesiyle pozitif yönde ilişkili ve öz duyarlılığın yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarının (fiziksel, psikolojik, sosyal ve çevresel) anlamlı yordayıcısı olduğu; güvenli bağlanma stiline pozitif yönde, korkulu bağlanma stiline ise negatif yönde yaşam kalitesinin tüm alt boyutlarının anlamlı yordayıcısı olduğu; depresif katılımcılarda kayıtsız ve korkulu bağlanma stiline görüldüğü, depresif katılımcıların duygularını daha çok bastırdıkları ve öz duyarlıklarının daha düşük olduğu; erkeklerin kadınlara göre anlamlı düzeyde daha fazla güvenli bağlanma stiline sahip oldukları saptanmıştır.

Esen (2017) depresyonun patofizyolojisinde rol oynadığı gösterilen ruminasyon, yaşantısal kaçınma, bilişsel birleşme ve öz şefkat düzeylerinin antidepresan tedavi ile değişip değişmediğini, değişiyor ise ne yönde değiştiğini ve bu değişikliğin antidepresan tedaviye yanıtı yordayıp yordamadığını araştırmaktır. Araştırmaya 18-65 yaş arası, depresyon tanısı konmuş, son iki haftadır psikiyatrik ilaç kullanmayan, 112 kişi alınmıştır. Hastalar 3 ay boyunca ayda bir kez olmak üzere toplam 4 kez değerlendirmeye tabi tutulmuştur. Katılımcılara Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği, Bilişsel Birleşme Ölçeği, Kabul ve Eylem Formu-II, Kendine-şefkat Ölçeği ve Hamilton Depresyon Değerlendirme Ölçeği (HDDÖ) her görüşmede uygulanmıştır. Sosyo-demografik veri sadece ilk görüşmede, Kısa Form-36 ise ilk ve son görüşmede dağıtılıp uygulanmıştır. Görüşmelerden birine dahi gelmeyen hastalar araştırma dışı bırakılmıştır. Araştırmayı 49 kişi tamamlamıştır. Üç aylık antidepresan tedavi sonrasında depresyon hastalarının Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği, Bilişsel Birleşme Ölçeği, Kabul ve Eylem Formu-II puanlarında anlamlı düşüş tespit edilmiştir. Kendine şefkat Ölçeği ve Kısa Form-36'da ise anlamlı artış gözlemlenmiştir. Hamilton Depresyon Değerlendirme Ölçeği

puanlarını; Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeğindeki değişimin, Kısa Form-36'nın fiziksel bileşenini ise Kabul ve Eylem Formu-II deki değişimin yordadığı tespit edilmiştir.

Bayar (2018) üniversite öğrencilerinde bağlanma tarzı ve algılanan sosyal desteğin, öz şefkat düzeylerini yordayıp yordamadığını incelemiştir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin olumsuz yaşam olaylarını yaşama sıklıklarına ve aile ortamlarına göre öz şefkat düzeylerinde anlamlı bir fark olup olmadığını da araştırmıştır. Araştırmaya 587 gönüllü lisans öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerinin öz şefkat düzeylerinin ölçülmesi amacıyla Öz Anlayış Ölçeği, algılanan sosyal desteğin ölçülmesi amacıyla Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği'nin Gözden Geçirilmiş Formu ve bağlanma tarzının ölçülmesi amacıyla Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II kullanılmıştır. Öğrencilerin yaşadıkları olumsuz olayların sıklığını ortaya koymak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen "Olumsuz Yaşam Olayları Kontrol Listesi de kullanılmıştır. Son olarak öğrencilerin bireysel ve çevresel çeşitli özelliklerine ilişkin bilgilerin bir araya gelmesi için, araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, kaygılı bağlanma ile aileden ve arkadaştan algılanan sosyal destek boyutları üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeylerini anlamlı şekilde yordamıştır. Diğer yandan, kaçınan bağlanmanın ve özel bir insandan algılanan sosyal desteğin üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeylerini anlamlı bir şekilde yordamadığı tespit edilmiştir. Ayrıca, aile/çevre koşulları ve arkadaşlık/romantik ilişki alanlarına ilişkin olumsuz yaşam olaylarını daha az yaşayan öğrencilerin öz şefkat düzeyi yüksekken, bahsedilen olumsuz yaşam olaylarını çok yaşayan öğrencilerin öz şefkat düzeyinin düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Öte yandan, olumsuz yaşam olaylarının kaza/kayıp yaşantıları alanına ilişkin olayları az yaşayan öğrenciler ile çok yaşayan öğrencilerin öz şefkat puanları arasında anlamlı bir fark görülmemiştir. Araştırmada elde edilen bir başka bulgu ise, otoriter-katı aile ortamı olan üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeylerinin, mükemmeliyetçi-kuralcı ve demokratik-ılımlı aile ortamı olan üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeylerinden anlamlı olarak düşüktür. Ayrıca çatışmalı-huzursuz aile ortamı olan üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeyleri, mükemmeliyetçi-kuralcı ve demokratik ılımlı aile ortamı olan üniversite öğrencilerinin öz şefkat düzeylerinden anlamlı olarak düşüktür.

Tel ve Sarı (2016) üniversite öğrencilerinde öz duyarlık ve yaşam doyumu ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda yaşam doyumu; öz duyarlığın öz sevecenlik, bilinçlilik ve paylaşımların bilincinde olma boyutları ile pozitif; öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşmeyle negatif ilişkili olduğu bulunmuştur. İlgili çalışmada üniversite öğrencilerinin öz duyarlıkları orta düzeyde bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlılığın alt

boyutlarında aldıkları puan ortalamalarına bakıldığında ise en yüksek puandan en düşüğe doğru bilinçlilik, öz sevecenlik, aşırı özdeşleşme, izolasyon, öz yargılama ve paylaşımların bilincinde olma şeklinde sıralandığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin özellikle öz duyarlığın olumlu alt boyutlarındaki düzeylerine bakıldığında; bilinçlilik ve öz sevecenlikte orta düzeyde, paylaşımların bilincinde olma alt boyutunda ise düşük düzeyde puan aldıkları görülmektedir. İlgili çalışmada ayrıca erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla bilinçliliğe, daha az aşırı özdeşleşmeye sahip olduğu tespit edilmiştir. Bilinçliliğin öz duyarlığın olumlu boyutlarından, aşırı özdeşleşmenin ise öz duyarlığın olumsuz boyutlarından olması nedeniyle erkek üniversite öğrencilerinin kız öğrencilere göre öz duyarlığın altı alt boyutundan ikisinde daha yüksek öz duyarlığa sahip oldukları görülmektedir.

Sadioğlu ve Onur Sezer'in (2016) üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ve sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere KPSS sınavına girecek üniversite son sınıf öğretmen adayı 181 öğrenciyle yürüttükleri çalışmalarında; öğrencilerin orta düzeyde öz duyarlığa sahip oldukları, öğrencilerin öz duyarlık düzeyleri ile sınav kaygı düzeyleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır.

Mete Otlu, İkiz ve Asıcı'nın (2016) psikolojik danışman adayı üniversite 3. sınıfa giden 36 öğrenciyle yürüttüğü çalışmalarında; psiko-eğitim verilen deney grubu öğrencilerinin son test puanlarının ön test puanlarına göre artışı, psiko-eğitim verilmeyen kontrol grubu öğrencilerinininkine göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. İlgili çalışmada ayrıca deney grubu öğrencilerinin psiko-eğitim sonrası öz duyarlık boyutlarından öz yargılama puan ortalamalarının kontrol grubu öğrencilerinininkine göre anlamlı düzeyde azalma gösterdiği saptanmış; bu bulgulara göre psiko-eğitim ile bireylerde öz duyarlığın olumlu düzeyde geliştirilebileceği sonucuna varılmıştır.

Bulduk ve Ardıç'ın (2015), öz duyarlık düzeyinin bazı sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisini incelemek üzere hemşirelik bölümlerinde okuyan 186 üniversite öğrencisiyle yürüttükleri çalışmalarında; 2.5-3.5 puan arasının orta düzey olarak değerlendirildiği ölçekte öğrencilerin öz duyarlık puan ortalamalarının orta düzeyde olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin öz duyarlık düzeyinin yaşa, gelir düzeyine, cinsiyete, hemşireliği tercih etme durumuna, hemşirelik yapmaktan mutlu olma durumuna göre farklılaşmadığı; ancak ikinci sınıfta öğrenim görmekte olan, büyükşehir ya da ilde yaşayan, ruhsal durumunu 'iyi' olarak algılayan ve iyi iletişim becerisi algısına sahip öğrencilerin öz duyarlık düzeyinin yüksek olduğu saptanmıştır.

Asıcı'nın (2013) üniversite öğrencilerinde affetme özellikleri, öz duyarlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkileri incelemek üzere (269 kız, 131 erkek) 400 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü çalışmada; affetme ölçeğinin kendini affetme, başkasını affetme ve durumu affetme boyutlarıyla öz duyarlığın öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik gibi pozitif boyutları arasında pozitif yönlü; öz duyarlığın öz yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme gibi negatif boyutları arasında ise negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca çalışmada öğrencilerin benlik saygısı düzeyleriyle öz duyarlığın pozitif boyutları arasında pozitif yönlü, öz duyarlığın negatif boyutları arasında ise negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Yine ilgili çalışmada seçilmiş bazı sosyo-demografik özellikler ile öz duyarlık düzeyleri arasındaki ilişki de incelenmiş, buna göre öğrencilerin öz duyarlıklarının yaşlarına, sınıflarına, mutluluk durumlarına, anne-baba tutumuna ve psikolojik sorun yaşama durumuna göre farklılaştığı; ancak cinsiyete, eğitim alanına, hayatının büyük bir bölümünü geçirdiği yerleşim yerine, duygusal bir ilişki yaşayıp yaşamadığına, sahip oldukları kardeş sayısına, anne-babalarının öğrenim düzeyi ve mesleklerine, hane gelir düzeyine, algıladıkları ekonomik duruma, sorun yaşadıklarında çevrelerindeki kişilerden yardım isteme ve psikolojik destek alma durumlarına göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

Adıgüzel (2012) araştırmasında üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri empatik eğilim, duyguları ifade etme ve öz anlayışı incelenmiştir. Araştırma örneklemini üniversite öğrencilerinden seçilen 526'sı kız 290'ı erkek olmak üzere toplam 816 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin bazı kişisel bilgileri için Kişisel Bilgi Formu, saldırganlık puanlarının belirlenmesi amacıyla Saldırganlık Ölçeği ve empatik eğilimin belirlenebilmesi amacıyla Empatik Eğilim Ölçeği, bireylerin öz anlayışlarının belirlenmesi amacıyla Öz Anlayış Ölçeği ve duyguları ifade puanlarının belirlenmesi amacıyla Duyguları İfade Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre; üniversitede öğrenim görmekte olan üniversite öğrencilerinin empatik eğilim, duyguları ifade etme ve öz anlayışlarının saldırganlık davranışlarını anlamlı düzeyde açıkladığı bulunmuştur. Saldırganlık ile empatik eğilim, duyguları ifade etme ve öz anlayış arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada saldırganlık düzeyinin yüksek ya da düşük olmasına göre, empatik eğilim ve öz anlayış ile ilgili sonuçlar incelendiğinde anlamlı fark bulunmuştur. Duyguları ifade etme sonuçlarına göre ise, öğrencilerin duyguları ifade etmenin alt boyutlarında (olumlu duygu ifadesi, olumsuz duygu ifadesi ve yakınlık ifadesi) ve duyguları ifade etme toplam puanı açısından da anlamlı bir fark ortaya çıkmıştır. Yapılan hiyerarşik regresyon analizinde; empatik

eğilim, duyguları ifade etme ve öz anlayış saldırganlığın önemli birer yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

İkiz ve Totan'ın (2012), üniversite öğrencilerinin öz duyarlık düzeylerinin duygusal zekâ düzeyleri üzerindeki etkisini belirlemek üzere 347 üniversite öğrencisiyle yürüttükleri çalışmada; katılımcılarda yüksek öz yargılama ve aşırı özdeşleşmenin stresle başa çıkmayı zorlaştırdığı ve genel ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediği ve öz duyarlığın duygusal zekâ ile doğrudan ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada ayrıca sosyal bilimler öğrencilerinin öz duyarlığın izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutlarından aldıkları puan ortalamalarının sayısal bilimler öğrencilerinininkinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu, sosyal bilimler öğrencilerinin öz duyarlılığın bilinçlilik boyutundan aldıkları puan ortalamalarının ise sayısal bilimler öğrencilerinininkinden anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır. Son olarak ilgili çalışmada cinsiyetin öz duyarlık ve alt boyutları üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

Tatlıoğlu (2010) araştırmasında üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı, karar verme stilleri ve kişilik özellikleri alt boyutlarını; öz şefkat, cinsiyet, sınıf, üniversiteye girişte kullanılan puan türü, hayatının çoğunda yaşadığı yer, ekonomik düzey, ailenin yapısı ve ebeveyn tutumuna değişkenlerine göre incelemiştir. Öz şefkati ölçmek amacıyla Öz Anlayış Ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen bulgulara göre; öz şefkat puanına göre, karar vermede özsaygı ve karar verme stilinin anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinde öz şefkat puanları kişilik özellikleri tüm alt boyutlarını anlamlı düzeyde yordadığı da saptanmıştır.

Soyer (2010) tarafından üniversite öğrencilerinde öz duyarlık düzeyinin belirlenmesi amacıyla 605 öğretmen adayıyla yapılan çalışmada; öğrencilerin öz yargılama hariç diğer alt boyutlarda orta düzeyde puan ortalamasına sahip olduğu saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin öz duyarlığın alt boyutlarında aldıkları puan ortalamaları incelendiğinde en yüksek puandan en düşüğe doğru öz yargılama, aşırı özdeşleşme, izolasyon, bilinçlilik, paylaşımların bilincinde olma ve öz sevecenlik şeklinde sıralandığı tespit edilmiştir. Ayrıca öz duyarlığın yaşa göre farklılık gösterdiği; cinsiyete, öğrenim görülen üniversiteye, bölüme, sınıfa, sosyo-ekonomik düzeye ve engelli bir yakına sahip olup olmama durumuna göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre; 25 yaş ve üzeri öğrenciler 18, 19, 20, 21, 22 ve 24 yaş grubu öğrencilerine göre daha yüksek öz duyarlığa sahiptir.

Yılmaz (2009) Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin öz anlayışları (Self-Compassion) ile anne baba tutumları arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Araştırmaya üniversite öğrencilerinden seçilen 375'i kız 164'ü erkek olmak üzere toplam 539 öğrenci katılmıştır. Araştırmada Kişisel Bilgi Formu, Öz Anlayış Ölçeği ve Anne Baba Tutumları Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre cinsiyet değişkenine göre kız öğrencilerin anne baba tutumlarını demokratik, erkek öğrencilerin ise koruyucu ve otoriter algıladıkları bulunmuştur. Sınıf düzeyine göre, birinci sınıf öğrencilerinin üçüncü sınıf öğrencilerine göre anne baba tutumunu koruyucu algıladıkları ifade edilmiştir. Fakülte ve bölüm değişkenine göre anne baba tutumu arasındaki fark anlamlıdır. Sosyo-ekonomik düzey ile anne baba tutumu arasındaki fark anlamsızdır. Anne ve babanın eğitim düzeyine göre demokratik anne baba tutumu arasındaki fark anlamlıyken; anne ve babanın eğitim düzeyine göre koruyucu ve otoriter anne baba tutumu ise anlamsız bulunmuştur. Kardeş sırası (ilk, ortanca, sonuncu) değişkenine göre ilk kardeşlerin anne baba tutumunu demokratik, sonuncu kardeşlerin de koruyucu algıladıkları ortaya çıkmıştır. Araştırma bulgularına göre üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeni ile Öz Anlayışları (Self-Compassion) arasındaki fark anlamsızdır. Sınıf düzeyine göre üçüncü sınıf öğrencilerinin öz anlayış puanları, birinci sınıf öğrencilerinin öz anlayış puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksektir bulunmuştur. Fakülte ve bölüm değişkenine göre öz anlayış arasındaki fark anlamsızdır. Sosyo-ekonomik düzey ile Öz Anlayış arasındaki fark anlamsızdır. Anne ve babanın eğitim düzeyine göre Öz Anlayış arasındaki fark anlamsız bulunmuşken; kardeş sırası (ilk, ortanca, sonuncu) değişkenine göre sonuncu kardeşin Öz Anlayış puanı ilk ve ortanca kardeşe göre yüksek bulunmuştur. Araştırma sonucun göre üniversite öğrencilerinin öz anlayışları ile anne baba tutumları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

Sümer (2008) çalışmasında 523 öğrenci ile üniversite öğrencilerinin öz şefkatleri ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasında bulunan ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmada öz şefkati, Öz Anlayış Ölçeği ile ölçmüştür. Çalışma sonuçlarına göre, düşük ve orta düzeylerde öz şefkate sahip olanların, öz şefkati yüksek olanlardan daha fazla depresyon, anksiyete ve strese sahip olduğu çıkmıştır.

2.2.5.2. Öz Duyarlık ile İlgili Yurtdışında Yapılan Çalışmalar

Neff (2003b) öz duyarlık ölçeğini geliştirmek üzere 391 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü çalışmasında, öğrencilerin öz duyarlıklarını orta düzeyde bulmuştur. İlgili çalışmada üniversite öğrencilerinin öz duyarlık ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları puan ortalamaları ise

yüksekten düşüğe doğru bilinçlilik, öz yargılama, öz sevecenlik ve aşırı özdeşleşme, izolasyon ve paylaşımların bilincinde olma şeklinde sıralanmıştır.

Gotheim'in (2009) öz saygı, öz duyarlık ve saldırganlığın yordayıcısı olarak narsisizm ile ilgili özellikleri incelemek üzere 181 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü çalışmada üniversite öğrencilerinin öz duyarlıklarının orta düzeyde olduğu saptanmıştır.

Yang, Zhang, Kou (2016) tarafından yapılan araştırmada öz şefkat ile umut ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya dahil olan 320 Çinli yetişkine Öz Şefkat Ölçeği, Umut Ölçeği ve Yaşam Memnuniyeti Ölçeği uygulanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre öz şefkat, umut ve yaşam doyumu ile pozitif ilişki içinde, ayrıca umut ve yaşam doyumu da pozitif ilişki içinde bulunmuştur. Analizler yaş ve cinsiyet açısından farklılık olmadığını gösterirken, öz şefkat ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide umut kavramı önemli bir role sahiptir.

Marshall, Parker, Ciarrochi, Sahdra, Jackson ve Heaven (2015) tarafından yapılan çalışmada düşük benlik saygısının genellikle düşük ruhsal sağlık gibi negatif sonuçlarla ilişkili olduğu görülmüştür. Çalışmalarında öz şefkatin, düşük benlik saygısı ve düşük ruhsal sağlık arasındaki bağı zayıflatacağını düşündüklerini açıklamıştır. Öz şefkatin kendinden şüphe duyma, negatif öz değerlendirme ve insanlığın ortak sıkıntılarının bir parçası olduğunu kabul etmeyi gerektirdiğini söylemiştir. Çalışmaya 9. sınıfta öğrenim gören 2448 Avustralyalı ergenler dahil olmuştur. Çalışmada gelecek yılda ergenlerin ruh sağlığındaki değişiklikleri tahmin etmek amacıyla benlik saygısının öz şefkat ile ilişkisine bakılmıştır. Çalışma sonuçlarına göre öz şefkat, benlik saygısının ruh sağlığı üzerindeki etkisini açıklamaktadır. Yüksek düzeyde öz şefkat ve düşük benlik saygısı ruhsal sağlık üzerinde etkiye sahiptir.

Maheux ve Price (2016) tarafından travmatik yaşantılara maruz kalmış yetişkin bireylerde yürütülen araştırmanın sonuçları, sosyal destek ile öz şefkat arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu yönündedir. Ayrıca, öz şefkatin sosyal destek ile travma sonrası stres bozukluğu, yaygın kaygı bozukluğu ve depresyon arasındaki ilişkide aracı etkisi olduğu söylenmektedir. Bir başka ifadeyle, travmaya maruz kalmış ve sosyal desteği yüksek olan bireylerin, öz şefkatleri de yüksek olduğunda, yukarıda sözü edilen rahatsızlıkların semptomları azalma göstermektedir.

Jeon, Lee ve Kwon, (2016), Kore’de yaptıkları bir çalışmada; sosyal destek, öz şefkat ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma örneklemini 333 kişi oluşturmaktadır. Bu çalışmada, öz şefkatin sosyal destek ve öznel iyi oluş arasında kısmi olarak aracı rolü olduğu bulgulanmıştır. Bir başka ifadeyle, sosyal desteği yüksek olan bireylerin öz şefkatleri de yüksek ise, öznel iyi oluşlarını da yüksek denebilmektedir. Ayrıca araştırma sonucunda sosyal desteğin, öz şefkat üzerinde olumlu bir etkisi olduğu bulgusuna rastlanmıştır.

Leary Tate, Adams, Allen ve Hancock (2007) olumsuz yaşam olaylarına verilen öz şefkat tepkilerini inceledikleri deneysel çalışmalarında, üniversite öğrencilerinin olumsuz olaylara verdikleri tepkileri ve bunlara verdikleri tepkilerde öz şefkatin rolünü incelemiştir. Bu çalışmada katılımcılar karşılaştıkları olumsuz yaşam olaylarını (a) İş ve okul, (b) Aile, (c) Arkadaş ve sosyal yaşam, (d) Spor, rekreasyon ve eğlence, (e) Fiziksel sağlık, (f) Romantik ilişkiler ve (g) diğer şeklinde sınıflandırmışlardır. Bu çalışma ile, başarısızlık, reddedilme, utanma ve diğer olumsuz olaylara karşı verilen tepkide kişinin öz şefkatinin rolü olduğu sonucuna varılmıştır. Öz şefkati yüksek olan kişilerin; olumsuz yaşam olaylarıyla karşılaşma, onları hatırlama ve onları hayal etme durumlarında, öz şefkati düşük olan kişilere göre daha az olumsuz duyguya kapıldığı görülmüştür. Aynı zamanda, öz şefkati yüksek olan kişilerin olumsuz özelliklerini ve davranışlarını, onlarla ilgili takıntılar oluşturmadan, savunmaya geçmeden ve kötü hissetmeden kabul edebildikleri sonucuna varılmıştır. Bir başka ifadeyle, bu araştırma öz şefkatin olumsuz yaşam olaylarının etkisini azaltmaya yönelik koruyucu, bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Tanaka Wekerle, Schmuck, ve Boak (2011) tarafından yapılan bir çalışmada, aile tarafından duygusal istismar maruz kalan gençlerde ve öz duyarlık düzeyleri arasındaki ilişki çalışılmıştır. Araştırmaya 16-20 yaş arasında 117 genç katılmıştır. Bu katılımcıların çocukluk döneminde aile tarafından duygusal istismara maruz kalmanın düşük öz şefkatle ilişkili olduğu ve düşük öz şefkati olan bireylerin daha çok duygusal stres yaşadıkları ve alkol kullanımı ve intihar etme ihtimallerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bir başka ifadeyle, çocuklukta duygusal istismar, ihmal ve fiziksel şiddet gören bireylerin öz şefkatleri daha düşüktür.

Salazar (2015) çalışmada öz merhamet, başkalarına merhamet, kişilerarası yakınlık, güven ve sosyal destek arasındaki ilişkiler çalışmıştır. Katılımcılar (50 erkek/93 Kadın) 142 üniversite öğrencisidir. Veri toplama araçları olarak Öz merhamet ölçeği, Başkalarına Merhamet Ölçeği, Güven Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları, öz merhamet ve başkalarına merhamet açısından

cinsiyete göre farklılık olduğunu ortaya çıkmıştır. Başkalarına merhamet, yakınlık, güven ve sosyal destek ile pozitif ilişki tespit edilmişken; öz merhamet herhangi bir kişilerarası yapı ile ilişkili bulunmamıştır.

2.3. Literatürde Bağlanma ve Öz Duyarlık Arasındaki İlişki

Birey, çevresinde bulunan kişilerle ilişkilerinin aidiyet ihtiyacını karşılaması halinde güvenli bağlanma stili oluşturmaktadır. Bireyin geçmişteki bağlanmalarının birikimi ileride bireyde sosyal bağlılık duygusunu meydana getirmektedir. Bu duygu da bireyin psikolojik dayanıklılığını güçlendirmektedir. Gerek güvenli bağlanma gerekse öz duyarlık, bireyin risk faktörlerine karşı kendini psikolojik ve biyolojik açıdan korumasını sağlayan kişisel koruyucu faktörlerdendir (Başak, 2012). Dolayısıyla psikolojik dayanıklılığı daha yüksek olan bir bireyin öz duyarlığının da yüksek olması beklenebilir. Bununla birlikte sosyal bağlılığı yüksek olan bireylerin sosyal ilişkilere önem vermesi ve daha güçlü ilişkiler geliştirmesi, güvenli bağlananların özgüvenlerinin yüksek olması ve sosyal hayatı olumlu algılaması da öz duyarlılığın temel unsurlarından olan bilinçliliğin sosyal ilişkilere yönelik özellikleriyle kesişmektedir (Collins ve Read, 1990; Barthalomew ve Horowitz, 1991; İkiz ve Totan, 2012). Bu doğrultuda öz duyarlığı yüksek bireylerde olumlu bağlanma stili olan güvenli bağlanma stiline daha fazla gelişmiş olması, bu bireylerin olumsuz bağlanma stilleri olan kayıtsız, saplantılı ve korkulu bağlanma stillerini daha az kullanmaları beklenebilir.

Alanyazındaki çalışmalarda (Irons, 2007; Neff ve McGehee, 2010; Raque-Bogdan vd., 2011; Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011; Neff ve Beretvas, 2013; Rosen, 2013; Bolt, 2015; Pepping vd., 2015; Moreira vd., 2016; Kozalı2017; Bayar ve Tuzgöl Dost, 2018), çoğunlukla Ainsworth ve arkadaşlarının (1978) öne sürdüğü bağlanma stilleri (güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınan) ve Barthalomew ve Horowitz Dörtlü Bağlanma Modeli'nde (1991) geçen bağlanma stilleri (güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, saplantılı bağlanma, korkulu bağlanma) ile öz duyarlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği görülmüştür. Bayar ve Tuzgöl Dost'un (2018) üniversite öğrencilerinde öz duyarlılığın yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve algılanan sosyal desteği inceledikleri çalışmalarında ise araştırmamızda kullanılan ebeveyne bağlanma stillerinden (anneye bağlanma, babaya bağlanma) farklı olarak kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma stillerinden oluşan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) kullanılmıştır. Araştırmada üniversite öğrencilerinde kaygılı bağlanma düzeyinin öz duyarlık düzeyini negatif yönde yordadığı, kaçınan bağlanma düzeyinin ise öz duyarlık düzeyini yordamadığı tespit edilmiştir.

Kozalı'nın (2017) yetişkinlerde yaşam kalitesini, bağlanma stillerini, depresyonu, kaygıyı, duygulanım düzenleme stratejilerini ve öz duyarlılığı inceleyen çalışmasında yaşları 18 ila 63 arasında değişen 370 yetişkinden oluşan örneklemin büyük bir kısmı üniversite öğrencilerinden, örneklemin bir kısmı ise toplumdaki diğer yetişkin bireylerden oluşmuştur. İlgili çalışmada 30 maddelik İlişki Ölçekleri Anketi'nin kullanıldığı, Öz Duyarlık Ölçeği'nin ise 12 maddelik kısa formunun kullanıldığı ve alt ölçek bazında değerlendirilmediği sadece ölçek bazında puanlandırıldığı görülmüştür. Bu çalışmada bağlanma stilleri ve öz duyarlık arasındaki ilişkinin incelenmediği, bunların yaşam kalitesi ile ilişkilerinin incelendiği görülmüştür.

Mikulincer ve Shaver (2003, 2007) güvenli bağlanma stilinin kendini güvende, desteklenen, sevilen ve kabul edilen biri olarak görmeyi gerektirdiğini; bu stili daha fazla kullanan bireylerde kendini sevmeye değer görme algısının yüksek olmasının yanı sıra kendini yatıştırma becerisinin de gelişmiş olduğunu bildirmiştir.

Neff ve Beretvas (2013) da güvenli bağlanma stilini daha fazla kullanan bireylerin kendini kabul etmede ve diğer bireylerle bağ kurmada daha gelişmiş olduğunu saptamıştır. Araştırmada bu bireylerin zorluklar karşısında daha dayanıklı olmaları nedeniyle öz duyarlık düzeylerinin yüksek olacağı denencesi de desteklenmiştir.

Neff ve McGehee'nin (2010) ergenlerde öz duyarlık ve psikolojik dayanıklılık arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma 235 kişiyle gerçekleştirilmiştir. Araştırmada Beck Depresyon Ölçeği ve Öz Duyarlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, güvenli bağlanma stilini kullanma düzeyi ile öz duyarlık düzeyi arasında anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğu bildirilmiştir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi ele alınacaktır.

3.1. Araştırma Modeli

Araştırmanın betimsel ve ilişkisel araştırma yöntemi kullanılarak yapılan tarama modelidir. İlişkisel araştırma modeli, iki veya daha çok sayıda değişkenin arasında birlikte değişimin varlığını ve / veya düzeyi göstermeyi amaçlayan araştırma modelidir (Büyüköztürk, 2013).

3.2. Araştırma Grubu

Bu araştırmanın evreni Akdeniz Üniversitesi'nde öğrenim görmekte olan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırma grubunun oluşturulması için, 2017-2018 eğitim öğretim yılında Akdeniz Üniversitesi'nde hukuk, eğitim ve edebiyat fakültesinde eğitim ve öğretime devam eden ayrıca 1. 2. 3. ve 4. sınıfta okuyan 382 öğrenciye ulaşılmıştır. Ancak bazı ölçek maddelerinin eksik doldurulması nedeniyle, eksiksiz olarak ölçeği doldurmuş olan 374 öğrenci araştırma grubunu oluşturmuştur. Araştırma grubunun yüzde 70.3'ü kadın, yüzde 81.3'ünün bakımını anne-baba birlikte üstlenmiş, yüzde 67.9'unun annesi çalışmıyor, yüzde 47.6'sının annesi ilkokul mezunu, yüzde 30.2'sinin babası ilkokul mezunu, yüzde 90.1'inin ailesinin sosyo-ekonomik gelir düzeyi ortadır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak; Ebeveyn Bağlanma Anketi ve Öz Duyarlık Ölçeği ve araştırmacı tarafından geliştirilmiş "Kişisel Bilgi Formu", kullanılmıştır. Bu ölçme araçlarına ilişkin teknik bilgiler aşağıda açıklanmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi Formu'nu (Ek-1), araştırmacı geliştirmiştir. Geliştirilen form; araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördüğü fakülte, cinsiyet, bebeklikte (0-2 yaş) bakımını üstlenen kişi(ler), annenin çalışma durumu, anne ve babanın eğitim düzeyi ve son olarak da ailenin sosyo-ekonomik durumunu belirlemeye yönelik dokuz maddeden oluşmaktadır.

3.3.2. Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Envanteri (EBA)

Bu araştırmada; Armsden ve Greenberg'in (1987) geliştirdiği, Raja, McGee ve Stanton'un (1992) kısa form olarak düzenlenen 'Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri' (EABE) (IPPA: Inventory of Parent and Peer Attachment) kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Günaydın, Selçuk, Sümer ve Uysal (2005) tarafından yapılan formunda arkadaşlara bağlanma boyutu haricindeki Ebeveyn Bağlanma Envanteri (EBA) şeklinde kullanılmıştır.

Ebeveyn Bağlanma Envanterinin (EBA) anneye bağlanma boyutu 12 maddeden, bu boyutta anne yerine baba konularak oluşturulan babaya bağlanma boyutu yine aynı 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin, Raja ve arkadaşlarının (1992) oluşturduğu kısa formunda 1., 2., 3. ve 11. maddelerin 'güven' alt boyutunu; 6., 7., 8. ve 12. maddelerin 'iletişim' alt boyutunu, 4., 5., 9. ve 10. maddelerin ise 'yabancılaşma' alt boyutunu oluşturduğu; 2. ve 6. maddelerle yabancılaşmama alt boyutunu oluşturan 4., 5., 9. ve 10. maddelerin toplam bağlanma puanı hesaplanırken ters kodlanarak diğer maddelerden alınan puanlar ile toplandığı görülmektedir. Ancak ölçeğin orijinal formundaki 3 alt boyuta (güven, iletişim ve yabancılaşma) karşılık, Günaydın ve arkadaşlarının (2005) yürüttüğü geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında Türk ergen örnekleminde tek boyut bulunması nedeniyle ölçeğin orijinal formunda ters çevrilen 2., 4., 5., 6., 9. ve 10. maddelerin Türkçe kısa formunda da ters kodlanıp diğer maddeler ile toplanması şeklinde toplam bağlanma skorunun hesaplanması önerilmiştir. Nitekim Hinderlie ve Kenny (2002), anneye bağlanma ve babaya bağlanma boyutları arasında kavramsal olarak yüksek korelasyon olması nedeniyle tek bir bağlanma skoru elde etmek için birleştirilebileceğini (birlikte değerlendirilebileceğini) belirtmektedir. Kenny ve Sirin'in (2006) ve Lease ve Dahlbeck'in (2009) çalışmalarında da bu iki bağlanma boyutu arasında yüksek korelasyon bulunması da bu savı desteklemektedir.

Katılımcı, ölçekteki maddeleri kendini, anne ve babasıyla ilişkilerinde sergilediği tutumları hangi düzeyde gördüğünü belirtecek şekilde 7'li skalayla ('1:Asla', '2:Çok Nadir', '3:Ara Sıra', '4:Bazen', '5:Sık Sık', '6:Neredeyse Daima' ve '7:Daima') yanıtlamaktadır.

Ölçekte alınan puanlar, ‘toplam bağlanma skoru’ şeklinde hesaplanmaktadır. Buna göre ölçeğin anne formunda toplamda 12 maddenin puanlandığı toplam bağlanma skoru 7-84 puan arasında, benzer şekilde ölçeğin baba formunda da toplamda 12 maddenin puanlandığı toplam bağlanma skoru 7-84 puan arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puan, ebeveyne bağlanmada olumluluk düzeyini ya da ebeveyne bağlanmanın sağlıklı olduğunu ifade etmektedir.

Günaydın ve arkadaşları (2005) tarafından yapılan güvenilirlik çalışmasında, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı anneye bağlanma boyutu için 0.88, babaya bağlanma boyutu için ise 0.90 olarak hesaplanmış; her iki boyutun da yüksek test-tekrar test güvenilirliğine (anneye bağlanma 0.87 ve babaya bağlanma 0.88) sahip olduğu tespit edilmiştir.

Mevcut çalışmada ise Ebeveyn Bağlanma Envanterine ilişkin Anneye bağlanma Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.86, Babaya bağlanma 0.68 olarak belirlenmiştir.

3.3.3. Öz Duyarlık Ölçeği

Neff (2003) tarafından geliştirilen Öz Duyarlık Ölçeği (Ek-3), öz duyarlığın alt boyutlarına ilişkin özelliklerin değerlendirildiği, kişinin kendine ilişkin bilgi vermesine dayalı olan bir ölçektir. Ölçeğin, Türkçeye uyarlama çalışması Akın, Akın ve Abacı (2007) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formunda orijinal formunda olduğu gibi 26 madde bulunmaktadır.

Ölçek; öz sevecenlik (2, 6, 13, 17, 21. maddeler; toplam 5 madde), öz yargılama (4, 7, 15, 20, 26. maddeler; toplam 5 madde), paylaşımların bilincinde olma (1, 8, 12, 22. maddeler; toplam 4 madde), izolasyon (5, 11, 19, 25. maddeler; toplam 4 madde), bilinçlilik (9, 14, 18, 23. maddeler; toplam 4 madde) ve aşırı özdeşleşme (3, 10, 16, 24. maddeler; toplam 4 madde) olmak üzere altı alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin yanıtlanmasında ‘1-Hiçbir zaman’, ‘2-Nadiren’, ‘3-Sık sık’, ‘4-Genellikle’ ve ‘5-Her zaman’ şeklinde 5’li Likert tipinde derecelendirilme kullanılmaktadır. Öz yargılama, aşırı özdeşleşme ve izolasyon alt ölçekleri negatif olduğundan puanlarının kodlanması tersten yapılmaktadır. Ölçek bazında puan; ölçekteki 26 maddeden alınan puanların toplamının madde sayısına (26’ye bölünmesiyle) bulunmaktadır. Alt boyutlardaki puanlar ise alt boyutlardan alınan toplam puanların o alt boyuttaki madde sayısına bölünmesiyle bulunmaktadır. Buna göre ölçek ve alt boyut bazında bulunan ve analizi yapılacak puan ortalamaları 1,00-5,00 arasında değişmektedir. Ölçek ve alt boyutlarından alınan puan ortalamalarının değerlendirilmesi; 1,00-2,49 puan aralığı ‘Düşük’, 2,50-3,50 puan aralığı ‘Orta’, 3,51-5,00 puan aralığının ‘Yüksek’ şeklindedir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Sakarya Üniversitesi'nin Eğitim Fakültesi'ndeki 633 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışmalarının öncesinde Öz Duyarlık Ölçeği'nin orijinal formuna göre Türkçe formunun tutarlılığının belirlenmesinde dilsel eşdeğerlik çalışmasına başvurulmuştur. Ölçeğin özgün ve Türkçe formları sonucunda ulaşılan puanların korelasyonlarının alt ölçekler için 0.87 ile 0.94 arasında sıralandığı görülmüştür. Akın ve arkadaşları (2007), yapı geçerliği çalışmalarında doğrulayıcı faktör analizi kullanmıştır. Bunun sonucunda özgün formda aynı yapıda bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayıları 0.72 ile 0.80 arasında bulunmuştur. Üç hafta ara ile test tekrar test güvenilirlik çalışması yapılarak, 0.56 ile 0.69 arasında değiştiği sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin yeniden yapılandırılan madde-toplam korelasyonlarının 0.48 ile 0.71 arasında değişmekte olduğu, ölçeğin alt ölçeklerinin anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Mevcut çalışmada ise Öz duyarlık ölçeğine ilişkin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.94, Öz Sevecenlik alt boyutu Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.81, Öz Yargılama alt boyutu Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.85, Paylaşımların Bilincinde Olma alt boyutu Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.78, İzolasyon alt boyutu Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.77, Bilinçlilik alt boyutu Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı 0.73, Aşırı Özdeşleşme alt boyutu ait Cronbach Alpha iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı 0.80 olarak belirlenmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması

Veri toplama araçlarının uygunluğu ile ilgili Akdeniz Üniversitesinden gerekli izin alındıktan sonra uygulama yapılacak fakültelerden de uygulama izni alınmıştır. Veriler Akdeniz Üniversitesi'nin çeşitli fakültelerinden gerekli izinler alındıktan sonra, 2017-2018 eğitim öğretim yılının Bahar döneminde toplanmıştır.

Uygulamanın yapıldığı sınıflarda araştırmacı tarafından gerekli açıklamalar yaptıktan sonra gönüllü öğrencilere veri toplama araçları dağıtılmıştır. Uygulamalar araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Uygulama başlamadan önce ölçeklerle ilgili yönergeler araştırmacı tarafından okunarak cevaplamada içten davranılmasının sonuçlar açısından önemli olduğu vurgulanmıştır. Uygulama yaklaşık olarak 15-20 dakika sürmüştür.

3.5. Verilerin Analizi

Verilere tek yönlü uç değer taraması yapılmış, kesme noktası olarak ± 3 belirlenerek (Raykov ve Marcoulides, 2008), bu kesme noktasının dışında kalan değerler analiz dışı bırakılarak analizler yapılmıştır. Verilerin normalliği çarpıklık-basıklık katsayıları ile kontrol edilmiştir. Çarpıklık-basıklık katsayıları için ∓ 1 aralığı kesme noktası olarak kabul edilmiştir. Normal dağılım gösteren veriler parametrik yöntemlerle, göstermeyen veriler parametrik olmayan yöntemlerle analiz edilmiştir. Regresyon analizi için de değişkenlere ait basıklık-çarpıklık katsayıları incelendiğinde elde edilen değerler ± 1 aralığına yakın değerler olduğu için verilerin normalden çok sapma göstermediği ve normale yakın bir dağılım gösterdiği kabul edilmiştir. VIF değerlerinin ise tümünün 10'un altında olduğu tespit edilmiştir. Tüm varsayımların karşılandığı tespit edilerek analizler yapılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi 0.05 ($p < 0.05$) olarak belirlenmiştir.

Verilerin analizinde t-testi, Tek Faktörlü Anova, Kruskal Wallis testi ve Çoklu Regresyon Analizi kullanılmıştır:

1. Üniversite öğrencilerin öz duyarlık alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla t-testi,
2. Üniversite öğrencilerin öz duyarlık alt boyutlarından aldıkları puanların fakülteye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Faktörlü Anova testi,
3. Üniversite öğrencilerin öz duyarlık alt boyutlarından aldıkları puanların anne eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Faktörlü Anova testi,
4. Üniversite öğrencilerin öz duyarlık alt boyutlarından aldıkları puanların baba eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Faktörlü Anova testi,
5. Üniversite öğrencilerin öz duyarlık alt boyutlarından aldıkları puanların anne çalışma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla t-testi,
6. Üniversite öğrencilerin öz duyarlık alt boyutlarından aldıkları puanların sosyo ekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kruskal Wallis testi,

7. Üniversite öğrencilerin öz duyarlık alt boyutlarından aldıkları puanların bakımını üstlenen kişiye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla t- testi,
8. Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasından aldıkları puanların cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla t- testi,
9. Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasından aldıkları puanların fakülteye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Faktörlü Anova testi,
10. Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasından aldıkları puanların anne eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Faktörlü Anova testi,
11. Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasından aldıkları puanların baba eğitim düzeyine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Tek Faktörlü Anova testi,
12. Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasından aldıkları puanların anne çalışma durumuna göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla t- testi,
13. Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasından aldıkları puanların sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla Kruskal Wallis testi,
14. Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasından aldıkları puanların bakımını üstlenen kişiye göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla t-testi,
15. Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanması ile öz duyarlık düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla Korelasyon Analizi
16. Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının üniversite öğrencilerinin öz sevecenlik düzeyini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.
17. Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının üniversite öğrencilerinin öz yargılama düzeyini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.
18. Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının üniversite öğrencilerinin paylaşımların bilincinde olma düzeyini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

19. Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının üniversite öğrencilerinin izolasyon düzeyini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.
20. Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının üniversite öğrencilerinin bilinçlilik düzeyini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.
21. Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının üniversite öğrencilerinin aşırı özdeşleşme düzeyini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın bulguları 4 başlık halinde sunulacaktır. Bunlar:

- Betimleyici İstatistik Sonuçları
- Öz Duyarlığa İlişkin Bulgular
- Ebeveyne Bağlanma Stillerine İlişkin Bulgular
- Değişkenler Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular

4.1. Betimleyici İstatistik Sonuçları

Çalışmaya katılan 374 üniversite öğrencisinin cinsiyet, fakülte, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne çalışma durumu, sosyo-ekonomik düzey, bakımını üstlenen kişi ve değişkenlerine göre belirlenmiş betimsel istatistikleri Tablo 4.1’de gösterilmiştir.

Tablo 4.1. Betimleyici İstatistik Sonuçları

| | Grup | N | % |
|------------------------|------------------------|-----|------|
| Cinsiyet | Kadın | 263 | 70.3 |
| | Erkek | 111 | 29.7 |
| Fakülte | Hukuk Fakültesi | 133 | 35.6 |
| | Eğitim Fakültesi | 163 | 43.6 |
| | Fen-Edebiyat Fakültesi | 78 | 20.9 |
| Bakımını Üstlenen Kişi | Anne-Baba Birlikte | 304 | 81.3 |
| | Diğer | 70 | 18.7 |
| Anne Çalışma Durumu | Çalışıyor | 120 | 32.1 |
| | Çalışmıyor | 254 | 67.9 |
| Anne Eğitim Düzeyi | İlkokul | 178 | 47.6 |
| | Ortaokul | 64 | 17.1 |
| | Lise | 86 | 23.0 |
| | Yüksekokul-Üniversite | 46 | 12.3 |
| Baba Eğitim Düzeyi | İlkokul | 113 | 30.2 |
| | Ortaokul | 68 | 18.2 |
| | Lise | 88 | 23.5 |
| | Yüksekokul-Üniversite | 105 | 28.1 |
| Sosyo-Ekonomik Düzey | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 3.7 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 90.1 |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 6.1 |

Araştırmaya katılan 374 öğrencinin yüzde 70.3'ü (n=263) kadın, yüzde 43.6'sı (n=163) eğitim fakültelerinde öğrenim görmekte, yüzde 40.6'sı (n=152) 3. Sınıf'ta öğrenim görmekte, yüzde 81.3'ünün (n=304) bakımını anne-baba birlikte üstlenmiş, yüzde 67.9'unun (n=254) annesi çalışmıyor, yüzde 47.6'sının (n=178) annesi ilkokul mezunu, yüzde 30.2'sinin (n=113) babası ilkokul mezunu, yüzde 90.1'inin (n=337) ailesinin sosyo-ekonomik gelir düzeyi ortadır (Tablo 4.1).

4.2. Öz Duyarlılığa Yönelik Bulgular

Öğrencilerin öz duyarlılık ölçeği alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının

cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar için t-testi ile kontrol edilmiş, analiz sonuçları Tablo 4.2’te verilmiştir.

Tablo 4.2. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

| | <i>Grup</i> | <i>N</i> | \bar{X} | <i>S</i> | <i>sd</i> | <i>t</i> | <i>P</i> |
|-------------------------------|-------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|----------|
| Öz Sevecenlik | Kadın | 263 | 15.17 | 4.05 | 372 | -1.790 | 0.074 |
| | Erkek | 111 | 16.00 | 4.12 | | | |
| Öz Yargılama | Kadın | 263 | 12.59 | 4.47 | 372 | 0.291 | 0.771 |
| | Erkek | 111 | 12.45 | 4.39 | | | |
| Paylaşımların Bilincinde Olma | Kadın | 263 | 12.38 | 3.29 | 372 | -0.904 | 0.367 |
| | Erkek | 111 | 12.72 | 3.14 | | | |
| İzolasyon | Kadın | 263 | 11.08 | 3.69 | 372 | 0.868 | 0.386 |
| | Erkek | 111 | 10.72 | 3.50 | | | |
| Bilinçlilik | Kadın | 263 | 12.65 | 3.25 | 372 | -2.296 | 0.022* |
| | Erkek | 111 | 13.46 | 2.89 | | | |
| Aşırı Özdeşleşme | Kadın | 263 | 11.23 | 3.71 | 372 | 0.967 | 0.334 |
| | Erkek | 111 | 10.81 | 4.10 | | | |

*p<0.05

Analiz sonuçlarına göre öğrencilerin öz sevecenlik ($t_{(372)} = -1.790$, $p=0.074$), öz yargılama ($t_{(372)} = 0.291$, $p=0.771$), paylaşımların bilincinde olma ($t_{(372)} = -0.904$, $p=0.367$), izolasyon ($t_{(372)} = 0.868$, $p=0.386$) ve aşırı özdeşleşme puanlarının ($t_{(372)} = 0.967$, $p=0.334$), cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bununla birlikte bilinçlilik puanlarının ise cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($t_{(372)} = -2.296$, $p=0.022$). Puanlar incelendiğinde erkeklerin bilinçlilik puanlarının ($\bar{X}=13.46$), kadınların puanlarından yüksek olduğu görülmüştür ($\bar{X}=12.65$).

Öğrencilerin öz duyarlık ölçeği alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının okudukları fakülteye göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği tek faktörlü ANOVA ile analiz edilmiş, sonuçlar Tablo 4.3’te verilmiştir.

Tablo 4.3. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Okudukları Fakülteye Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

| | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | sd | Kareler Ortalaması | F | P |
|----------------------------------|----------------------|--------------------|-----|-----------------------|-------|--------|
| Öz Sevecenlik | Gruplar arası | 25.98 | 2 | 12.99 | 0.778 | 0.460 |
| | Gruplar içi | 6195.10 | 371 | 16.69 | | |
| | Toplam | 6221.09 | 373 | | | |
| Öz Yargılama | Gruplar arası | 253.58 | 2 | 126.792 | 6.604 | 0.002* |
| | Gruplar içi | 7122.84 | 371 | 19.19 | | |
| | Toplam | 7376.43 | 373 | | | |
| Paylaşımların Bilincinde Olma | Gruplar arası | 54.41 | 2 | 27.20 | 2.592 | 0.076 |
| | Gruplar içi | 3895.01 | 371 | 10.49 | | |
| | Toplam | 3949.43 | 373 | | | |
| İzolasyon | Gruplar arası | 66.11 | 2 | 33.05 | 2.517 | 0.082 |
| | Gruplar içi | 4872.75 | 371 | 13.13 | | |
| | Toplam | 4938.86 | 373 | | | |
| Bilinçlilik | Gruplar arası | 8.72 | 2 | 4.36 | 0.433 | 0.649 |
| | Gruplar içi | 3733.00 | 371 | 10.06 | | |
| | Toplam | 3741.72 | 373 | | | |
| Aşırı Özdeşleşme | Gruplar arası | 105.07 | 2 | 52.53 | 3.621 | 0.028* |
| | Gruplar içi | 5382.98 | 371 | 14.50 | | |
| | Toplam | 5488.05 | 373 | | | |

**p<0.01 *p<0.05

Tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin düzeylerinin öz sevecenlik ($F_{(2,373)}=0.778$, $p=0.460$), paylaşımların bilincinde olma ($F_{(2,373)}=2.592$, $p=0.076$), izolasyon ($F_{(2,373)}=2.517$, $p=0.082$) ve bilinçlilik puanlarında ($F_{(2,373)}=0.433$, $p=0.649$) anlamlı bir farklılık görülmediği belirlenmiştir. Öz yargılama ($F_{(2,373)}=6.604$, $p=0.002$) ve aşırı özdeşleşme puanlarında ise ($F_{(2,373)}=3.621$, $p=0.028$) gruplar arası farklılaşmanın anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Farkın kaynağını belirleyebilmek için Post-Hoc testlerin Tukey testi yapılmış; hukuk fakültesi öğrencilerinin öz yargılama puanlarının ($\bar{X}=13.66$), eğitim fakültesi ($\bar{X}=11.95$) ve edebiyat fakültesi öğrencilerinin ($\bar{X}=11.90$) puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Aşırı özdeşleşme puanları incelendiğinde ise, hukuk fakültesi ve eğitim fakültesi öğrencilerinin puanları arasında farklılık

olduğu belirlenmiştir. Hukuk fakültesi öğrencilerinin puanlarının ($\bar{X}=11.82$) eğitim fakültesi öğrencilerinin puanlarından ($\bar{X}=10.69$) yüksek olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin öz duyarlık ölçeği alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği tek faktörlü ANOVA ile analiz edilmiş, sonuçlar Tablo 4.4'te verilmiştir.

Tablo 4.4. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Anne Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

| | <i>Varyansın Kaynağı</i> | <i>Kareler Toplamı</i> | <i>sd</i> | <i>Kareler Ort.</i> | <i>F</i> | <i>P</i> |
|-------------------------------|--------------------------|------------------------|-----------|---------------------|----------|----------|
| Öz Sevecenlik | Gruplar arası | 71.47 | 3 | 23.82 | 1.433 | 0.233 |
| | Gruplar içi | 6149.62 | 370 | 16.62 | | |
| | Toplam | 6221.09 | 373 | | | |
| Öz Yargılama | Gruplar arası | 45.99 | 3 | 15.33 | 0.774 | 0.509 |
| | Gruplar içi | 7330.43 | 370 | 19.81 | | |
| | Toplam | 7376.43 | 373 | | | |
| Paylaşımların Bilincinde Olma | Gruplar arası | 32.206 | 3 | 10.40 | 0.982 | 0.401 |
| | Gruplar içi | 3918.22 | 370 | 10.59 | | |
| | Toplam | 3949.43 | 373 | | | |
| İzolasyon | Gruplar arası | 21.01 | 3 | 7.01 | 0.527 | 0.664 |
| | Gruplar içi | 4917.85 | 370 | 13.29 | | |
| | Toplam | 4938.86 | 373 | | | |
| Bilinçlilik | Gruplar arası | 95.54 | 3 | 31.84 | 3.232 | 0.022* |
| | Gruplar içi | 3646.18 | 370 | 9.85 | | |
| | Toplam | 3741.72 | 373 | | | |
| Aşırı Özdeşleşme | Gruplar arası | 7.901 | 3 | 2.63 | 0.178 | 0.911 |
| | Gruplar içi | 5480.155 | 370 | 14.81 | | |
| | Toplam | 5488.05 | 373 | | | |

*p<0.05

Tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin anne eğitim düzeylerinin öz sevecenlik ($F_{(3,373)}=1.433$, $p=0.233$), öz yargılama ($F_{(3,373)}=0.774$, $p=0.509$), paylaşımların bilincinde olma ($F_{(3,373)}=0.982$, $p=0.401$), izolasyon ($F_{(3,373)}=0.527$, $p=0.664$)

ve aşırı özdeşleme puanlarının ($F_{(3,373)}=0.178$, $p=0.911$) anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bilinçlilik düzeyinde ise gruplar arası farklılaşmanın anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,373)}=3.232$, $p=0.022$). Farkın kaynağını belirleyebilmek için Post-Hoc testlerin Tukey testi yapılmış, ilkökul mezunu annelerin çocuklarının puanlarının ($\bar{X}=12.39$), yüksekökol-üniversite mezunu annelerin çocuklarının puanlarından ($\bar{X}=13.76$) düşük olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin öz duyarlık ölçeği alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği tek faktörlü ANOVA ile analiz edilmiş, sonuçlar Tablo 4.5’de verilmiştir.

Tablo 4.5. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Baba Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

| | <i>Varyansın Kaynağı</i> | <i>Kareler Toplamı</i> | <i>sd</i> | <i>Kareler Ort.</i> | <i>F</i> | <i>P</i> |
|-------------------------------|--------------------------|------------------------|-----------|---------------------|----------|----------|
| Öz Sevecenlik | Gruplar arası | 113.690 | 3 | 37.897 | 2.296 | 0.077 |
| | Gruplar içi | 6107.403 | 370 | 16.506 | | |
| | Toplam | 6221.094 | 373 | | | |
| Öz Yargılama | Gruplar arası | 84.99 | 3 | 28.33 | 1.438 | 0.231 |
| | Gruplar içi | 7291.43 | 370 | 19.70 | | |
| | Toplam | 7376.43 | 373 | | | |
| Paylaşımların Bilincinde Olma | Gruplar arası | 37.55 | 3 | 12.51 | 1.184 | 0.316 |
| | Gruplar içi | 3911.87 | 370 | 10.57 | | |
| | Toplam | 3949.43 | 373 | | | |
| İzolasyon | Gruplar arası | 85.71 | 3 | 28.57 | 2.178 | 0.090 |
| | Gruplar içi | 4853.15 | 370 | 13.11 | | |
| | Toplam | 4938.86 | 373 | | | |
| Bilinçlilik | Gruplar arası | 140.76 | 3 | 46.92 | 4.821 | 0.003* |
| | Gruplar içi | 3600.95 | 370 | 9.73 | | |
| | Toplam | 3741.72 | 373 | | | |
| Aşırı Özdeşleşme | Gruplar arası | 55.11 | 3 | 18.37 | 1.251 | 0.291 |
| | Gruplar içi | 5432.94 | 370 | 14.68 | | |
| | Toplam | 5488.056 | 373 | | | |

* $p<0.05$

Tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin düzeylerinin baba eğitim düzeyine göre, öz sevecenlik ($F_{(3,373)}=2.296$, $p=0.077$), öz yargılama ($F_{(3,373)}=1.438$, $p=0.231$), paylaşımların bilincinde olma ($F_{(3,373)}=1.184$, $p=0.316$), izolasyon ($F_{(3,373)}=2.178$, $p=0.664$) ve aşırı özdeşleme puanlarının ($F_{(3,373)}=1.251$, $p=0.291$) anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bilinçlilik düzeyinde ise gruplar arası farklılaşmanın anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($F_{(3,373)}=4.821$, $p=0.003$). Farkın kaynağını belirleyebilmek için Post-Hoc testlerin Tukey testi yapılmış, ortaokul mezunu babaların çocuklarının puanlarının lise ve yüksekokul-üniversite mezunu babaların çocuklarının puanlarından farklılaştığı belirlenmiştir. Ortaokul mezunu babaların çocuklarının puanlarının ($\bar{X}=12.59$), lise mezunu ($\bar{X}=13.47$) ve yüksekokul-üniversite mezunu babaların çocuklarının puanlarından ($\bar{X}=13.40$) düşük olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin öz duyarlık ölçeği alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar için t-testi ile kontrol edilmiş, analiz sonuçları Tablo 4.6’da verilmiştir.

Tablo 4.6. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Anne Çalışma Durumuna Göre t-Testi Sonuçları

| | Grup | N | \bar{X} | S | Sd | t | P | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------|------------|-----|-----------|------|-----|--------|-------|-------------------------------|-----------|-----|-------|------|-----|--------|-------|------------|-----|-------|------|-------------------------------|-----------|-----|-------|------|-----|-------|-------|------------|-----|-------|------|------------------|-----------|-----|-------|------|-----|-------|-------|------------|-----|-------|------|------------------|-----------|-----|-------|------|-----|-------|-------|------------|-----|-------|------|------------------|-----------|-----|-------|------|-----|-------|-------|
| Öz Sevecenlik | Çalışıyor | 120 | 15.88 | 4.34 | 372 | 1.511 | 0.132 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Çalışmıyor | 254 | 15.20 | 3.94 | | | | Öz Yargılama | Çalışıyor | 120 | 12.42 | 4.78 | 372 | -0.384 | 0.702 | Çalışmıyor | 254 | 12.61 | 4.28 | Paylaşımların Bilincinde Olma | Çalışıyor | 120 | 12.73 | 3.38 | 372 | 1.008 | 0.314 | Çalışmıyor | 254 | 12.37 | 3.18 | İzolasyon | Çalışıyor | 120 | 11.27 | 3.95 | 372 | 1.073 | 0.284 | Çalışmıyor | 254 | 10.84 | 3.47 | Bilinçlilik | Çalışıyor | 120 | 13.01 | 3.36 | 372 | 0.518 | 0.605 | Çalışmıyor | 254 | 12.83 | 3.07 | Aşırı Özdeşleşme | Çalışıyor | 120 | 11.32 | 3.92 | 372 | 0.727 | 0.467 |
| Öz Yargılama | Çalışıyor | 120 | 12.42 | 4.78 | 372 | -0.384 | 0.702 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Çalışmıyor | 254 | 12.61 | 4.28 | | | | Paylaşımların Bilincinde Olma | Çalışıyor | 120 | 12.73 | 3.38 | 372 | 1.008 | 0.314 | Çalışmıyor | 254 | 12.37 | 3.18 | İzolasyon | Çalışıyor | 120 | 11.27 | 3.95 | 372 | 1.073 | 0.284 | Çalışmıyor | 254 | 10.84 | 3.47 | Bilinçlilik | Çalışıyor | 120 | 13.01 | 3.36 | 372 | 0.518 | 0.605 | Çalışmıyor | 254 | 12.83 | 3.07 | Aşırı Özdeşleşme | Çalışıyor | 120 | 11.32 | 3.92 | 372 | 0.727 | 0.467 | Çalışmıyor | 254 | 11.01 | 3.79 | | | | | | | | |
| Paylaşımların Bilincinde Olma | Çalışıyor | 120 | 12.73 | 3.38 | 372 | 1.008 | 0.314 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Çalışmıyor | 254 | 12.37 | 3.18 | | | | İzolasyon | Çalışıyor | 120 | 11.27 | 3.95 | 372 | 1.073 | 0.284 | Çalışmıyor | 254 | 10.84 | 3.47 | Bilinçlilik | Çalışıyor | 120 | 13.01 | 3.36 | 372 | 0.518 | 0.605 | Çalışmıyor | 254 | 12.83 | 3.07 | Aşırı Özdeşleşme | Çalışıyor | 120 | 11.32 | 3.92 | 372 | 0.727 | 0.467 | Çalışmıyor | 254 | 11.01 | 3.79 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| İzolasyon | Çalışıyor | 120 | 11.27 | 3.95 | 372 | 1.073 | 0.284 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Çalışmıyor | 254 | 10.84 | 3.47 | | | | Bilinçlilik | Çalışıyor | 120 | 13.01 | 3.36 | 372 | 0.518 | 0.605 | Çalışmıyor | 254 | 12.83 | 3.07 | Aşırı Özdeşleşme | Çalışıyor | 120 | 11.32 | 3.92 | 372 | 0.727 | 0.467 | Çalışmıyor | 254 | 11.01 | 3.79 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Bilinçlilik | Çalışıyor | 120 | 13.01 | 3.36 | 372 | 0.518 | 0.605 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Çalışmıyor | 254 | 12.83 | 3.07 | | | | Aşırı Özdeşleşme | Çalışıyor | 120 | 11.32 | 3.92 | 372 | 0.727 | 0.467 | Çalışmıyor | 254 | 11.01 | 3.79 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Aşırı Özdeşleşme | Çalışıyor | 120 | 11.32 | 3.92 | 372 | 0.727 | 0.467 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Çalışmıyor | 254 | 11.01 | 3.79 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

* $p<0.05$

Analiz sonuçlarına göre öğrencilerin öz sevecenlik ($t_{(372)}= 1.511$, $p=0.132$), öz yargılama ($t_{(372)}= -0.384$, $p=0.702$), paylaşımların bilincinde olma ($t_{(372)}= 1.008$, $p=0.314$), izolasyon ($t_{(372)}= 1.073$, $p=0.284$), aşırı özdeşleme ($t_{(372)}= 0.727$, $p=0.467$) ve bilinçlilik puanlarının ($t_{(372)}= 0.518$, $p=0.605$) anne çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Öğrencilerin öz duyarlık ölçeği alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı şekilde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için Kruskal Wallis testi yapılmış, analiz sonuçları Tablo 4.7’de gösterilmiştir.

Tablo 4.7. Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

| | <i>Sosyo-Ekonomik Düzey</i> | <i>N</i> | <i>Sıra ort.</i> | <i>Sd</i> | χ^2 | <i>P</i> |
|-------------------------------|-----------------------------|----------|------------------|-----------|----------|----------|
| Öz Sevecenlik | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 239.25 | 2 | 3.549 | 0.170 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 186.14 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 175.93 | | | |
| Öz Yargılama | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 185.61 | 2 | 0.393 | 0.822 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 186.65 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 201.13 | | | |
| Paylaşımların Bilincinde Olma | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 199.71 | 2 | 0.278 | 0.870 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 187.47 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 180.48 | | | |
| İzolasyon | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 176.75 | 2 | 0.156 | 0.925 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 187.76 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 190.26 | | | |
| Bilinçlilik | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 242.93 | 2 | 4.410 | 0.110 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 186.44 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 169.26 | | | |
| Aşırı Özdeşleşme | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 162.75 | 2 | 0.824 | 0.662 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 188.11 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 193.63 | | | |

* $p<0.05$

Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin öz sevecenlik ($\chi^2_{sd=2, n=374}=3.549, p=0.170$), öz yargılama ($\chi^2_{sd=2, n=374}=0.393, p=0.822$), paylaşımların bilincinde olma ($\chi^2_{sd=2, n=374}=0.278, p=0.870$), izolasyon ($\chi^2_{sd=2, n=374}=0.156, p=0.925$), bilinçlilik ($\chi^2_{sd=2, n=374}=4.410, p=0.110$) ve aşırı özdeşleme puanlarının ($\chi^2_{sd=2, n=374}=0.824, p=0.622$) sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Öğrencilerin öz duyarlık ölçeği alt boyutları olan öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının bakımını üstlenen kişiye göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği bağımsız gruplar için t-testi ile kontrol edilmiş, analiz sonuçları Tablo 4.8’de verilmiştir.

Tablo 4.8. Öğrencilerin Öz Duyarlık Ölçeği Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Bakımı Üstlenen Kişiye Göre t-Testi Sonuçları

| | Grup | N | \bar{X} | S | Sd | t | P |
|-------------------------------|--------------------|-----|-----------|------|-----|--------|--------|
| Öz Sevecenlik | Anne-Baba Birlikte | 304 | 15.53 | 4.14 | 372 | -1.142 | 0.254 |
| | Diğer | 70 | 14.91 | 3.80 | | | |
| Öz Yargılama | Anne-Baba Birlikte | 304 | 12.31 | 4.26 | 372 | 2.163 | 0.031* |
| | Diğer | 70 | 13.59 | 5.08 | | | |
| Paylaşımların Bilincinde Olma | Anne-Baba Birlikte | 304 | 12.54 | 3.20 | 372 | -0.679 | 0.498 |
| | Diğer | 70 | 12.24 | 3.49 | | | |
| İzolasyon | Anne-Baba Birlikte | 304 | 10.90 | 3.62 | 372 | 0.853 | 0.394 |
| | Diğer | 70 | 11.31 | 3.70 | | | |
| Bilinçlilik | Anne-Baba Birlikte | 304 | 12.91 | 3.20 | 372 | -0.278 | 0.781 |
| | Diğer | 70 | 12.79 | 3.00 | | | |
| Aşırı Özdeşleşme | Anne-Baba Birlikte | 304 | 11.07 | 3.89 | 372 | 0.454 | 0.650 |
| | Diğer | 70 | 11.30 | 3.56 | | | |

*p<0.05

Elde edilen sonuçlara göre öğrencilerin öz sevecenlik ($t_{(372)}= -1.142, p=0.254$), paylaşımların bilincinde olma ($t_{(372)}= -0.679, p=0.498$), izolasyon ($t_{(372)}= 0.853, p=0.394$), aşırı özdeşleşme ($t_{(372)}= 0.454, p=0.650$) ve bilinçlilik puanlarının ($t_{(372)}= -0.278, p=0.781$) bakımını üstlenen kişiye göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bununla birlikte öz yargılama puanlarının bakımını üstlenen kişiye göre anlamlı şekilde farklılaştığı belirlenmiştir ($t_{(372)}= 2.163, p=0.031$). Bakımını anne babanın birlikte üstlendiği bireylerin öz

yargılama puanlarının ($\bar{X}=13.59$) diğer kategorisindeki bireylerin puanlarından ($\bar{X}=12.31$) daha düşük olduğu tespit edilmiştir.

4.3. Anne-Baba Bağlanmasına Yönelik Bulgular

Üniversite öğrencilerinde anneye ve babaya bağlanma düzeylerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için bağımsız gruplar için t-testi yapılmış ve analiz sonuçları Tablo 4.9’da verilmiştir.

Tablo 4.9. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

| | Grup | N | \bar{X} | S | sd | t | P |
|---------------|-------|-----|-----------|-------|--------|-------|-------|
| Anne Bağlanma | Kadın | 263 | 63.90 | 12.50 | 265.56 | 0.109 | 0.913 |
| | Erkek | 111 | 63.77 | 9.64 | | | |
| Baba Bağlanma | Kadın | 263 | 44.79 | 6.12 | 372 | -1.08 | 0.282 |
| | Erkek | 111 | 45.57 | 6.92 | | | |

*p<0.05

Elde edilen sonuçlara göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin anne bağlanması cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t_{(265.56)}=0.109$, p=0.913). Baba bağlanması da cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t_{(372)}=-1.08$, p=0.282).

Öğrencilerin anne-baba bağlanmasının okudukları fakülteye göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği tek faktörlü ANOVA ile test edilmiş, test sonuçları Tablo 4.10’da verilmiştir.

Tablo 4.10. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Okudukları Fakülteye Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

| | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | sd | Kareler Ortalaması | F | P |
|---------------|-------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|--------|
| Anne Bağlanma | Gruplar arası | 1157.10 | 2 | 578.55 | 4.291 | 0.014* |
| | Gruplar içi | 50020.21 | 371 | 134.83 | | |
| | Toplam | 51177.32 | 373 | | | |
| Baba Bağlanma | Gruplar arası | 250.66 | 2 | 125.33 | 3.127 | 0.045* |
| | Gruplar içi | 14869.17 | 371 | 40.08 | | |
| | Toplam | 15119.83 | 373 | | | |

*p<0.05

Tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin anne bağlanması okudukları fakülteye göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F_{(2,373)}=4.291$, $p=0.014$). Farklılığın kaynağı Post-Hoc testlerinden Tukey testi ile test edilmiş, eğitim fakültesi öğrencilerinin anne bağlanma puanlarının ($\bar{X}=61.94$) edebiyat fakültesi öğrencilerinin puanlarından ($\bar{X}=66.21$) düşük olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin baba bağlanması okudukları fakülteye göre anlamlı bir farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($F_{(2,373)}=3.127$ $p=0.045$). Farklılığın kaynağı Post-Hoc testlerinden Tukey testi ile test edilmiş, eğitim fakültesi öğrencilerinin baba bağlanma puanlarının ($\bar{X}=44.36$) hukuk fakültesi öğrencilerinin puanlarından ($\bar{X}=46.12$) düşük olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği tek faktörlü ANOVA ile test edilmiş, test sonuçları Tablo 4.11’de verilmiştir.

Tablo 4.11. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Anne Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

| | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | sd | Kareler Ortalaması | F | p |
|---------------|-------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|-------|
| Anne Bağlanma | Gruplar arası | 841.05 | 3 | 280.35 | 2.061 | 0.105 |
| | Gruplar içi | 50336.27 | 370 | 136.04 | | |
| | Toplam | 51177.32 | 373 | | | |
| Baba Bağlanma | Gruplar arası | 12.94 | 3 | 4.31 | 0.106 | 0.957 |
| | Gruplar içi | 15106.89 | 370 | 40.83 | | |
| | Toplam | 15119.83 | 373 | | | |

*p<0.05

Tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin anne bağlanması anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($F_{(3,373)}=2.061$, $p=0.105$). Baba bağlanması da anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($F_{(3,373)}=0.106$, $p=0.957$).

Öğrencilerin anne-baba bağlanmasının baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği tek faktörlü ANOVA ile test edilmiş, test sonuçları Tablo 4.12’de verilmiştir.

Tablo 4.12. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Baba Eğitim Düzeyine Göre Tek Faktörlü ANOVA Testi Sonuçları

| | Varyansın Kaynağı | Kareler Toplamı | sd | Kareler Ortalaması | F | P |
|---------------|-------------------|-----------------|-----|--------------------|-------|-------|
| Anne Bağlanma | Gruplar arası | 632.28 | 3 | 210.76 | 1.543 | 0.203 |
| | Gruplar içi | 50545.03 | 370 | 136.61 | | |
| | Toplam | 51177.32 | 373 | | | |
| Baba Bağlanma | Gruplar arası | 18.79 | 3 | 6.26 | 0.153 | 0.927 |
| | Gruplar içi | 15101.04 | 370 | 40.81 | | |
| | Toplam | 15119.83 | 373 | | | |

*p<0.05

Elde edilen tek faktörlü ANOVA sonuçlarına göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin anne bağlanması baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir

($F_{(3,373)}=1.543$, $p=0.203$). Baba bağlanması da baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($F_{(3,373)}=0.153$, $p=0.927$).

Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının annenin çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 4.13'te gösterilmiştir.

Tablo 4.13. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Anne Çalışma Durumuna Göre T-Testi Sonuçları

| | <i>Grup</i> | <i>N</i> | \bar{X} | <i>S</i> | <i>Sd</i> | <i>t</i> | <i>P</i> |
|------------------|-------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|----------|
| Anne Bağlanma | Çalışıyor | 120 | 64.36 | 12.67 | 372 | 0.558 | 0.577 |
| | Çalışmıyor | 254 | 63.63 | 11.25 | | | |
| Baba Bağlanma | Çalışıyor | 120 | 45.51 | 6.21 | 372 | 1.017 | 0.310 |
| | Çalışmıyor | 254 | 44.79 | 6.44 | | | |

* $p<0.05$

Elde edilen sonuçlara göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin anne bağlanması anne çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t_{372}= 0.558$, $p=0.577$). Aynı şekilde öğrencilerin baba bağlanması anne çalışma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t_{372}= 1.017$, $p=0.310$).

Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasının sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı şekilde farklılık gösterip göstermediği Kruskal Wallis testi ile analiz edilmiş, analiz sonuçları Tablo 4.14'te verilmiştir.

Tablo 4.14. Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Bağlanmasının Sosyo-Ekonomik Düzeye Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

| | <i>Sosyo-Ekonomik Düzey</i> | <i>N</i> | <i>Sıra ort.</i> | <i>sd</i> | χ^2 | <i>P</i> |
|------------------|---------------------------------|----------|------------------|-----------|----------|----------|
| Anne Bağlanma | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 186.57 | 2 | 12.620 | 0.002* |
| | Orta-Ortaca | 337 | 192.82 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 110.11 | | | |
| Baba Bağlanma | Çok yüksek-Yüksek | 14 | 165.36 | 2 | 0.614 | 0.735 |
| | Orta-Ortaca | 337 | 188.43 | | | |
| | Düşük-Çok Düşük | 23 | 187.28 | | | |

* $p<0.05$

Elde edilen sonuçlara göre üniversite öğrencilerinin baba bağlanmasının sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($\chi^2_{sd=2, n=374}=0.614, p=0.735$). Öğrencilerin anne bağlanmasının ise sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir ($\chi^2_{sd=2, n=374}=12.620, p=0.002$). Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirleyebilmek için grupların ikili kombinasyonları arasında Mann Whitney-U testi yapılmıştır. Analiz sonuçları incelendiğinde çok yüksek-yüksek gelire sahip bireyler ile düşük çok düşük gelire sahip bireyler arasında anne bağlanmasının anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($U=89.5, p=0.025$). Sıra ortalamaları kontrol edildiğinde ise çok yüksek-yüksek gelire sahip bireylerin bağlanmalarının (24.11), düşük-çok düşük gelire sahip bireylerin ortalamalarından (15.89) yüksek olduğu belirlenmiştir. Orta gelire sahip bireyler ile düşük çok düşük gelire sahip bireyler arasında da anne bağlanmasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($U=2167.00, p=0.000$). Sıra ortalamaları kontrol edildiğinde ise orta gelire sahip bireylerin bağlanmalarının (185.57), düşük-çok düşük gelire sahip bireylerin ortalamalarından (106.22) yüksek olduğu belirlenmiştir.

Üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanmasının bakımını üstlenen kişiye göre farklılaşp farklılaşmadığı bağımsız gruplar için t-testi ile analiz edilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 4.15'te gösterilmiştir.

Tablo 4.15. Öğrencilerin Anne-Baba Bağlanmasının Bakımını Üstlenen Kişiye Göre T-Testi Sonuçları

| | <i>Grup</i> | <i>N</i> | \bar{X} | <i>S</i> | <i>sd</i> | <i>t</i> | <i>P</i> |
|----------|--------------------|----------|-----------|----------|-----------|----------|----------|
| Anne | Anne-Baba Birlikte | 304 | 63.35 | 11.21 | 372 | -0.407 | 0.684 |
| Bağlanma | Diğer | 70 | 63.98 | 11.84 | | | |
| Baba | Anne-Baba Birlikte | 304 | 44.04 | 6.86 | 372 | -1.415 | 0.158 |
| Bağlanma | Diğer | 70 | 45.24 | 6.24 | | | |

* $p<0.05$

Elde edilen sonuçlara göre çalışmaya dâhil edilen öğrencilerin anne bağlanması bakımını üstlenen kişiye göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t_{(372)} = -0.407, p=0.684$). Baba bağlanması da yine bakımını üstlenen kişiye göre anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir ($t_{(372)} = -1.415, p=0.158$).

4.4. Değişkenler Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulgular

Değişkenler arasındaki ilişkilere ilişkin sonuçlar Tablo 4.16'da verilmiştir.

Tablo 4.16. Değişkenler arasındaki Korelasyon Sonuçları

| Değişkenler | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|----------------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---|
| 1. Öz Sevecenlik | - | | | | | | | |
| 2. Öz Yargılama | 0.637* | - | | | | | | |
| 3. Paylaşımların Bilincinde Olma | 0.712* | 0.531* | - | | | | | |
| 4. İzolasyon | 0.465* | 0.727* | 0.380* | - | | | | |
| 5. Bilinçlilik | 0.769* | 0.568* | 0.629* | 0.468* | - | | | |
| 6. Aşırı Özdeşleşme | 0.561* | 0.746* | 0.472* | 0.741* | 0.596* | - | | |
| 7. Anne Bağlanma | 0.239* | 0.224* | 0.171* | 0.194* | 0.140* | 0.195* | - | |
| 8. Baba Bağlanma | 0.138* | -0.030 | 0.151* | -0.060 | 0.135* | -0.075 | 0.118* | - |

*p<0.05

Öz sevecenlik düzeyleri; paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutlarında pozitif yüksek; öz yargılama, izolasyon, aşırı özdeşleşme, ile pozitif orta, anneye ve babaya bağlanma ile ise pozitif düşük ilişki göstermektedir. Öz yargılama puanları izolasyon ve aşırı özdeşleşme puanları ile pozitif yüksek, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik ile pozitif orta, anne bağlanması ile pozitif düşük ilişki tespit edilmişken baba bağlanması ile anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Paylaşımların bilincinde olma izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme ile pozitif orta düzeyli ilişki, anne-baba bağlanması ile pozitif düşük düzeyli ilişki göstermektedir. İzolasyon puanları aşırı özdeşleşme ile pozitif yüksek, bilinçlilik ile pozitif orta bir ilişki göstermiştir. Anne bağlanması ile pozitif düşük bir ilişki gösterirken baba bağlanması ile anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bilinçlilik puanları ile aşırı özdeşleşme arasında ise pozitif orta düzeyde, anne-baba bağlanması ile pozitif düşük ilişki bulunmuştur. Aşırı özdeşleşme ve anne bağlanma puanları pozitif düşük ilişki göstermiş, baba bağlanma puanları ile anlamlı bir ilişki göstermemiştir. Anne-baba bağlanma puanları ise birbirleriyle pozitif düşük ilişki göstermiştir.

Tablo 4.17. Üniversite Öğrencilerinin Öz Sevecenlik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları

| <i>Değişken</i> | <i>B</i> | <i>Std, Hata_B</i> | β | <i>t</i> | <i>p</i> | <i>İkili r</i> | <i>Kısmi r</i> |
|----------------------|----------|------------------------------|---------|----------|----------|----------------|----------------|
| Sabit | 7.18 | 1.743 | - | 4.119 | 0.000** | | |
| Anne Bağlanma | 0.079 | 0.018 | 0.226 | 4.488 | 0.000** | 0.239 | 0.225 |
| Baba Bağlanma | 0.071 | 0.032 | 0.111 | 2.197 | 0.029* | 0.138 | 0.110 |
| R=0.263 | | $R^2=0.069$ | | | | | |
| $F_{(2.373)}=13.839$ | | p=0.000* | | | | | |

*p<0.05 **p<0.001

Yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasında ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, öğrencilerin öz sevecenlik puanları ile anne bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde bir ilişki olduğu ($r=0.239$), diğer değişkenler kontrol edildiğinde öz duyarlık puanları ile anne bağlanma puanları arasındaki korelasyonun 0.225 olduğu görülmüştür. Öğrencilerin öz sevecenlik puanları ile anne bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyli ilişki tespit edilmiştir ($r=0.138$). Diğer değişkenler kontrol edildiğinde ise değişkenler arasındaki korelasyon değerinin 0.110 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçları incelendiğinde,

anne-baba bağlanmasının üniversite öğrencilerinin öz sevecenlik puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğunu söylemek mümkündür ($R=0.263$, $R^2=0.069$, $F_{(2,373)}=11.218$, $p=0.000$). Öz sevecenlik puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık yüzde 7'sinin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin öğrencilerin öz sevecenlik puanları üzerindeki önem sırası anne bağlanma ve baba bağlanma şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeylerine ise t-testi sonuçlarına göre bakılmış anne ve babaya bağlanmasının öz sevecenlik puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasının öz yargılama puanlarını yordayıp yordamadığını belirleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmış, analiz sonuçları Tablo 4.18'de verilmiştir.

Tablo 4.18. Üniversite Öğrencilerinin Öz Yargılama Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları

| <i>Değişken</i> | <i>B</i> | <i>Std, Hata_B</i> | β | <i>t</i> | <i>P</i> | <i>İkili r</i> | <i>Kısmi r</i> |
|----------------------|----------|------------------------------|---------|----------|----------|----------------|----------------|
| Sabit | 13.642 | 1.914 | - | 7.127 | 0.000* | | |
| Anne Bağlanma | 0.088 | 0.019 | 0.231 | 4.545 | 0.000* | 0.224 | 0.230 |
| Baba Bağlanma | -0.040 | 0.036 | -0.057 | -1.126 | 0.261 | -0.030 | -0.058 |
| $R=0.232$ | | $R^2=0.054$ | | | | | |
| $F_{(2,373)}=10.505$ | | $p=0.000*$ | | | | | |

* $p<0.001$

Yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasında ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, öğrencilerin öz yargılama puanları ile anne bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde bir ilişki olduğu ($r=0.224$), diğer değişkenler kontrol edildiğinde öz yargılama puanları ile anne bağlanma puanları arasındaki korelasyonun 0.230 olduğu görülmüştür. Öğrencilerin öz yargılama puanları ile baba bağlanma puanları arasında ilişki tespit edilememiştir ($r=-0.030$). Diğer değişkenler kontrol edildiğinde ise değişkenler arasındaki korelasyon değerinin -0.058 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçları incelendiğinde, anne-baba bağlanmasının, üniversite öğrencilerinin öz yargılama puanlarının anlamlı bir yordayıcısı

olduğunu söylemek mümkündür ($R=0.232$, $R^2=0.054$, $F_{(2,373)}=10.505$, $p=0.000$). Öz yargılama puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık yüzde 5'inin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin öğrencilerin öz yargılama puanları üzerindeki önem sırası anne bağlanma ve baba bağlanma şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeylerine ise t-testi sonuçlarına göre bakılmış anne bağlanmasının öz yargılama puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu ancak babaya bağlanmasının anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanması paylaşımların bilincinde olma puanlarını yordayıp yordamadığını belirleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmış, analiz sonuçları Tablo 4.19'da verilmiştir.

Tablo 4.19. Üniversite Öğrencilerinin Paylaşımların Bilincinde Olma Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları

| <i>Değişken</i> | <i>B</i> | <i>Std, Hata_B</i> | β | <i>t</i> | <i>p</i> | <i>İkili r</i> | <i>Kısmi r</i> |
|---------------------|----------|------------------------------|---------|----------|----------|----------------|----------------|
| Sabit | 6.681 | 1.406 | - | 4.753 | 0.000* | | |
| Anne Bağlanma | 0.043 | 0.014 | -0.231 | 3.037 | 0.000* | 0.171 | 0.156 |
| Baba Bağlanma | 0.068 | 0.026 | 0.057 | 2.600 | 0.010* | 0.151 | 0.134 |
| R=0.216 | | $R^2=0.047$ | | | | | |
| $F_{(2,373)}=9.051$ | | p=0.000* | | | | | |

*p<0.01 **p<0.001

Yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasında ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, öğrencilerin paylaşımların bilincinde olma puanları ile anne bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde bir ilişki olduğu ($r=0.171$), diğer değişkenler kontrol edildiğinde paylaşımların bilincinde olma puanları ile anne bağlanma puanları arasındaki korelasyonun 0.156 olduğu görülmüştür. Öğrencilerin paylaşımların bilincinde olma puanları ile baba bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyli ilişki tespit edilmiştir ($r=0.151$). Diğer değişkenler kontrol edildiğinde ise değişkenler arasındaki korelasyon değerinin 0.134 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçları incelendiğinde, anne-baba bağlanmasının, üniversite öğrencilerinin paylaşımların bilincinde olma puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğunu

söylemek mümkündür ($R=0.216$, $R^2=0.047$, $F_{(2,373)}=9.051$, $p=0.000$). Paylaşımların bilincinde olma puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık yüzde 5'inin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin öğrencilerin paylaşımların bilincinde olma puanları üzerindeki önem sırası baba bağlanma ve anne bağlanma şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeylerine ise t-testi sonuçlarına göre bakılmış anne-baba bağlanmasının paylaşımların bilincinde olma puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanması izolasyon puanlarını yordayıp yordamadığını belirleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmış, analiz sonuçları Tablo 4.20'de verilmiştir.

Tablo 4.20. Üniversite Öğrencilerinin İzolasyon Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları

| <i>Değişken</i> | <i>B</i> | <i>Std, Hata_B</i> | β | <i>t</i> | <i>p</i> | <i>İkili r</i> | <i>Kısmi r</i> |
|---------------------|----------|------------------------------|---------|----------|----------|----------------|----------------|
| Sabit | 11.147 | 1.572 | - | 7.093 | 0.000* | | |
| Anne Bağlanma | 0.063 | 0.016 | 0.204 | 3.997 | 0.000* | 0.194 | 0.203 |
| Baba Bağlanma | -0.048 | 0.029 | -0.084 | -1.645 | 0.101 | -0.060 | -0.085 |
| $R=0.211$ | | $R^2=0.045$ | | | | | |
| $F_{(2,373)}=8.686$ | | $p=0.000*$ | | | | | |

* $p<0.001$

Yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasında ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, öğrencilerin izolasyon puanları ile anne bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde bir ilişki olduğu ($r=0.194$), diğer değişkenler kontrol edildiğinde izolasyon puanları ile anne bağlanma puanları arasındaki korelasyonun 0.203 olduğu görülmüştür. Öğrencilerin izolasyon puanları ile baba bağlanma puanları arasında ilişki tespit edilememiştir ($r=-0.060$). Diğer değişkenler kontrol edildiğinde ise değişkenler arasındaki korelasyon değerinin -0.085 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçları incelendiğinde, anne-baba bağlanmasının, üniversite öğrencilerinin izolasyon puanlarının anlamlı bir yordayıcısı

olduğunu söylemek mümkündür ($R=0.211$, $R^2=0.045$, $F_{(2,373)}=8.686$, $p=0.000$). İzolasyon puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık yüzde 5'inin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin öğrencilerin izolasyon puanları üzerindeki önem sırası anne bağlanma ve baba bağlanma şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeylerine ise t-testi sonuçlarına göre bakılmış anne bağlanmasının izolasyon puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu ancak baba bağlanmasının anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasının bilinçlilik puanlarını yordayıp yordamadığını belirleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmış, analiz sonuçları Tablo 4.21'de verilmiştir.

Tablo 4.21. Üniversite Öğrencilerinin Bilinçlilik Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları

| <i>Değişken</i> | <i>B</i> | <i>Std, Hata_B</i> | <i>B</i> | <i>t</i> | <i>p</i> | <i>İkili r</i> | <i>Kısmi r</i> |
|---------------------|----------|------------------------------|----------|----------|----------|----------------|----------------|
| Sabit | 8.021 | 1.377 | - | 5.824 | 0.000 | | |
| Anne Bağlanma | 0.034 | 0.014 | 0.126 | 2.450 | 0.015* | 0.140 | 0.126 |
| Baba Bağlanma | 0.060 | 0.026 | 0.120 | 2.344 | 0.020* | 0.135 | 0.121 |
| R=0.184 | | $R^2=0.034$ | | | | | |
| $F_{(2,373)}=6.517$ | | p=0.002* | | | | | |

*p<0.05

Yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasında ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, öğrencilerin bilinçlilik puanları ile anne bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde bir ilişki olduğu ($r=0.140$), diğer değişkenler kontrol edildiğinde bilinçlilik puanları ile anne bağlanma puanları arasındaki korelasyonun 0.126 olduğu görülmüştür. Öğrencilerin bilinçlilik puanları ile baba bağlanma puanları arasında pozitif düşük ilişki tespit edilmiştir ($r=0.135$). Diğer değişkenler kontrol edildiğinde ise değişkenler arasındaki korelasyon değerinin 0.121 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçları incelendiğinde, anne-baba bağlanmasının, üniversite öğrencilerinin bilinçlilik puanlarının anlamlı bir yordayıcısı

olduğunu söylemek mümkündür ($R=0.184$, $R^2=0.034$, $F_{(2,373)}=6.517$, $p=0.002$). Bilinçlilik puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık yüzde 3'ünün anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin öğrencilerin bilinçlilik puanları üzerindeki önem sırası baba bağlanma ve anne bağlanma şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeylerine ise t-testi sonuçlarına göre bakılmış anne-baba bağlanmasının bilinçlilik puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmüştür.

Üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmasının aşırı özdeşleşme puanlarını yordayıp yordamadığını belirleyebilmek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmış, analiz sonuçları Tablo 4.22'de verilmiştir.

Tablo 4.22. Üniversite Öğrencilerinin Aşırı Özdeşleşme Puanlarının Yordanmasına İlişkin Regresyon Sonuçları

| Değişken | B | Std, Hata _B | β | t | p | İkili r | Kısmi r |
|---------------------|---------|------------------------|---------|--------|--------|---------|---------|
| Sabit | -11.251 | 1.656 | - | 6.793 | 0.000* | | |
| Anneye Bağlanma | 0.068 | 0.017 | 0.207 | 4.049 | 0.000* | 0.195 | 0.206 |
| Babaya Bağlanma | -0.060 | 0.031 | -0.099 | -1.941 | 0.053 | -0.075 | -0.100 |
| R=0.218 | | $R^2=0.048$ | | | | | |
| $F_{(2,373)}=9.283$ | | p=0.000* | | | | | |

*p<0.001

Yordayıcı değişkenler ile yordanan değişken arasında ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, öğrencilerin aşırı özdeşleşme puanları ile anne bağlanma puanları arasında pozitif düşük düzeyde bir ilişki olduğu ($r=0.195$), diğer değişkenler kontrol edildiğinde aşırı özdeşleşme puanları ile anne bağlanma puanları arasındaki korelasyonun 0.206 olduğu görülmüştür. Öğrencilerin aşırı özdeşleşme puanları ile baba bağlanma puanları arasında ilişki tespit edilememiştir ($r=-0.075$). Diğer değişkenler kontrol edildiğinde ise değişkenler arasındaki korelasyon değerinin -0.100 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçları incelendiğinde, anne-baba bağlanmasının, üniversite öğrencilerinin aşırı özdeşleşme puanlarının anlamlı bir

yordayıcısı olduğunu söylemek mümkündür ($R=0.218$, $R^2=0.048$, $F_{(2,373)}=9.283$, $p=0.000$). Aşırı özdeşleşme puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık yüzde 5'inin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayılarına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin öğrencilerin aşırı özdeşleşme puanları üzerindeki önem sırası anne bağlanma ve baba bağlanma şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılık düzeylerine ise t-testi sonuçlarına göre bakılmış anne bağlanmasının aşırı özdeşleşme puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu ancak baba bağlanmasının anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür.

BÖLÜM V

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgular alanyazında daha önce yürütülmüş olan çalışmalarla karşılaştırılarak yorumlanacaktır. Bulguların yorumları üç başlık altında toplanmıştır: Öz Duyarlık değişkenine ilişkin bulgular; anne-baba bağlanma değişkenine ilişkin bulgular ve anne-baba bağlanma değişkeninin öz duyarlık alt boyutlarının (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme) yordamasına ilişkin sonuçlar.

5.1. Sonuç ve Tartışma

Araştırmaya katılan öğrencilerin betimsel özellikleri incelendiğinde, yaklaşık her 10 öğrenciden 7'sinin kadın, 5 öğrenciden 4'ünün bakımını anne-baba birlikte üstlenmiş, yaklaşık her öğrenciden 10 öğrencinin 7'sinin annesi çalışmıyor, yaklaşık her 2 öğrenciden 1'inin annesi ilkokul mezunu, yaklaşık her 3 öğrenciden 1'inin babası ilkokul mezunu, yaklaşık her 10 öğrenciden 9'unun ailesinin sosyo-ekonomik gelir düzeyinin orta olduğu görülmektedir.

5.1.1. Öz Duyarlık Değişkenine İlişkin Bulguların Yorumlanması

Cinsiyet, fakülte, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne çalışma durumu, sosyo-ekonomik düzey, ve bakımını üstlenen kişi demografik değişkenlerine göre öğrencilerin öz duyarlık ölçeği alt boyutlarından (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme) aldıkları puanlar incelendiğinde; öğrencilerin cinsiyete göre bilinçlilik, anne eğitim düzeyine göre bilinçlilik, baba eğitim düzeyine göre bilinçlilik, bakımını üstlenen kişiye göre öz yargılama, okudukları fakülteye göre öz yargılama ve aşırı özdeşleşme puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür.

Öğrencilerin cinsiyete göre öz duyarlık alt boyut (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) düzeylerine bakıldığında sadece bilinçlilik alt boyutundaki puanları cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Erkeklerin bilinçlilik puanları kızlarla karşılaştırıldığında daha yüksektir. Cinsiyete göre erkeklerin bilinçlilik düzeyinin kızlarla karşılaştırıldığında daha yüksek olması,

erkeklerin olaylar karşısında kendilerini, duygularının akışına kaptırmamalarının ve analitik düşünme eğilimlerinin bir fonksiyonu olarak yorumlanabilir.

Alanyazında öz duyarlık düzeyinin ve alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşmadığını gösteren araştırmalar da bulunmaktadır. Bulduk ve Ardıç'ın (2015) hemşirelik öğrencilerinde öz duyarlık düzeyini incelediği çalışmada; Asıcı'nın (2013) üniversite öğrencilerinde öz duyarlık affetme özellikleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında; İkiiz ve Totan'ın (2012) üniversite öğrencilerinin öz duyarlık düzeylerinin duygusal zekâ üzerindeki etkisini incelediği çalışmasında; Soyer'in (2010) üniversite öğrencilerinde öz duyarlık düzeyinin belirlenmesine yönelik araştırmasında, Duran ve Barlas'ın (2015) öz duyarlık öznel iyi oluş ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada ve Neff, Kirkpatrick ve Rude'un (2007) öz duyarlık ve uyarlanabilir psikolojik işleyiş üzerine yaptığı çalışmada, öz duyarlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır.

Tel ve Sarı'nın (2016) öz duyarlık ve yaşam doyumu ilişkisini üniversite öğrencilerinde incelediği araştırmada da erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre bilinçlilik düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgu, bu araştırmanın bilinçlilik boyutundaki bulgusu ile paralellik göstermektedir.

Öğrencilerin okudukları fakülteye göre öz duyarlık alt boyut (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları incelendiğinde; öz yargılama ve aşırı özdeşleşme düzeylerinin farklılık gösterdiği görülmüştür. Diğer boyutlarda ise, fakülte değişkenine göre anlamlı farklılık saptanmamıştır. Hukuk Fakültesi öğrencilerinin öz yargılama puanları Eğitim Fakültesi ve Edebiyat Fakültesi öğrencilerinininkinden anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Araştırmamızın bu bulgusu, Hukuk Fakültesi öğrencilerinin aldıkları eğitim sırasında geliştirdikleri mesleki tutumları, kendi yaşamlarına da yansıtılmalarının bir göstergesi olabilir. Hukuk eğitiminin öğrencileri kendilerine karşı da yargılayıcı ve eleştirel bir tutum geliştirmelerine neden oluyor görünmektedir. Ayrıca Hukuk Fakültesi öğrencilerinin aşırı özdeşleşme puanları da Eğitim Fakültesi öğrencilerinininkinden yüksek bulunmuş olması da yine aynı şekilde anne baba rol modelinin kendilerine karşı yargılayıcı ve eleştirel bir tutum geliştirmiş bireyler olmasıdır diyebiliriz. Diğer bir taraftan, ebeveyn figürlerinin yargılayıcı ve eleştirel olması halinde onları model almış olabilirler de diyebiliriz.

İkiz ve Totan'ın (2012), üniversite öğrencilerinin öz duyarlık düzeylerinin duygusal zekâ ile ilişkisi incelediği çalışmasında ise öğrencilerin izolasyon, aşırı özdeşleşme ve bilinçlilik alt boyutlarında aldıkları puanların sayısal ve sözel bölümlerde okuyan öğrenciler arasında anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Sosyal bilimlerde eğitim alan öğrencilerin izolasyon düzeyleri sayısal bilimlerde eğitim alan öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Alanyazında öz duyarlık düzeyinin ve alt boyutlarının fakülteye türüne göre farklılaşmadığını gösteren araştırmalar da bulunmaktadır. Soyer'in (2010) araştırmasında öz duyarlık düzeylerinin öğrencilerin devam ettiği fakülteye göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Asıcı'nın (2013) öz duyarlık ile affetme özellikleri ve benlik saygısı arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında da öz duyarlığın eğitim alanına göre farklılık göstermediği görülmektedir.

Öğrencilerin anne eğitim düzeyine göre öz duyarlık alt boyut (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları incelendiğinde bilinçlilik düzeyinin farklılık gösterdiği görülmüştür. Öz duyarlık ölçeğinin diğer alt boyutlarında anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Araştırmamızda anneleri yüksekokul/üniversite mezun olan öğrencilerin bilinçlilik puanlarının, anneleri ilkokul mezunu olan öğrencilerinkinden anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır.

Alanyazında ise öz duyarlığın anne eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını gösteren birçok araştırma bulunmaktadır. Asıcı'nın (2013) üniversite öğrencilerinde öz duyarlık, affetme özellikleri ile benlik saygısı arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında öz duyarlığın anne eğitim düzeyine farklılık göstermediği saptanmıştır. Duran ve Barlas'ın (2015) öz duyarlık, öznel iyi oluş ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada da öz duyarlık düzeyi anne eğitim düzeyine göre farklılık göstermemektedir. Mohamadirizi ve Kordi'nin (2016) doğum öncesi dönemde çok boyutlu öz duyarlık ve fetüs-anne bağlanmasını incelediği çalışmada anne eğitim düzeyi ile annenin öz duyarlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı anlaşılmaktadır. Literatür incelendiğinde anne eğitim düzeyi ile gerek annenin kendi öz duyarlık düzeyi gerekse çocuğun öz duyarlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığını görülmektedir.

Öğrencilerin baba eğitim düzeyine göre öz duyarlık alt boyut (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları incelendiğinde bilinçlilik düzeyinin anlamlı farklılık gösterdiği görülmüştür. Buna göre;

“babaları lise mezunu” ve “yüksekokul/üniversite” mezunu olan öğrencilerin “bilinçlilik” puanları “babaları ortaokul mezunu” olan öğrencilerinkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

Alanyazında öz duyarlık düzeyinin ve alt boyutlarının baba eğitim düzeyine göre farklılaşmadığını gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Asıcı'nın (2013) üniversite öğrencilerinde affetme özellikleri, öz duyarlık ve benlik saygısı düzeylerinin ilişkisini incelediği çalışmasında, öğrencilerin öz duyarlıklarının baba öğrenim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır. Duran ve Barlas'ın (2015) öznel iyi oluş, öz duyarlık ve tükenmişlik düzeyler arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada; öz duyarlık düzeyinin baba eğitim düzeyine göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Mohamadirizi ve Kordi'nin (2016) çalışmasında baba eğitim düzeyi ile babanın öz duyarlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı saptanmıştır. Alanyazında incelenen bu çalışmalarda anne eğitim düzeyine ilişkin bulgularda olduğu gibi baba eğitim düzeyi ile gerek babanın gerekse çocuğun öz duyarlık düzeyi arasında anlamlı ilişki bulunmadığı görülmektedir.

Bu araştırmanın, anne ve baba eğitim düzeyinin yükselmesiyle öğrencilerin bilinçlilik düzeyinin yükseldiğine ilişkin bulgusu alanyazındaki bulgularla uyuşmamaktadır. Araştırmamızın bu bulgusu, eğitim düzeyi yüksek olan anne ve babaların olaylara daha nesnel yaklaşabileceklerini, çocuklarının yaşadığı acı durumları mantıksal ve analitik bakış açısıyla ele alabildiklerini ve böylece onların bilinçlilik düzeyine katkı sağlayabildiklerini akla getirmektedir. Ayrıca eğitim düzeyi yüksek olan annelerin ve babaların çocuklarına duygusal açıdan daha dengeli rol model oldukları da söylenebilir.

Öğrencilerin anne çalışma durumuna göre öz duyarlık alt boyut (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları incelendiğinde anne çalışma duruma göre farklılığa rastlanmamıştır. Alanyazında öz duyarlık düzeyinin ve alt boyutlarının anne çalışma durumuna göre farklılaşmadığını gösteren araştırmalar bulunmaktadır. Duran ve Barlas'ın (2015) öznel iyi oluş, öz duyarlık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla çalışmada öz duyarlık düzeyinin anne çalışma durumuna göre farklılık göstermediği saptanmıştır.

Bu bulgu, çalışan annelerin de çalışmayan anneler kadar çocukların öz duyarlıklarına katkıda bulunabildiklerine işaret etmektedir. Önemli olanın annenin çalışıp çalışmamasından çok çocuğuyla kurduğu ve geçirdiği nitelikli ilişkidir.

Öğrencilerin sosyo-ekonomik düzeye göre öz duyarlık alt boyut (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları incelendiğinde sosyo-ekonomik düzeye göre farklılığa rastlanmamıştır.

Bulduk ve Ardıç'ın (2015), hemşirelik öğrencilerinde öz duyarlık düzeyini incelediği araştırmasında; öğrencilerin öz duyarlık düzeylerinin aile gelir düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır. Soyer'in (2010) üniversite öğrencilerinde öz duyarlık düzeyinin belirlenmesine yönelik araştırmasında öz duyarlık düzeyinin sosyo-ekonomik düzeye göre değişmediği bulunmuştur. Asıcı'nın (2013) üniversite öğrencilerinde affetme özellikleri, öz duyarlık ve benlik saygısı arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında öğrencilerin öz duyarlıklarının hane gelir düzeyine ve algıladıkları ekonomik duruma göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Duran ve Barlas'ın (2015) öznel iyi oluş, öz duyarlık ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yürüttükleri çalışmada; öz duyarlık düzeyinin ailenin gelir durumuna göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Mohamadirizi ve Kordi'nin (2016) çalışmalarında da öz duyarlık düzeyi ile ailenin gelir düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı saptanmıştır. Araştırmamızda öğrencilerin öz duyarlıklarının sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık göstermediği bulgusu alanyazındaki çalışmaların bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Öğrencilerin bakımın üstlenen kişiye göre öz duyarlık alt boyut (öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik, aşırı özdeşleşme) puanları incelendiğinde; öz yargılama puanlarının bakımını üstlenen kişiye göre farklılaştığı bulunmuştur. Bu çalışmada, bakımı "anne-babanın birlikte" üstlendiği öğrencilerin "öz yargılama" puanlarının, "diğer" kategorisindeki bireylerinkinden daha düşük olduğu saptanmıştır. Araştırmamızda kullanılan "diğer" kategorisi, anne ya da babasından birini ya da her ikisini de kaybetmesi veya anne ve babanın ayrılması sonucu bireyin bakımını ebeveynlerden birinin ya da akrabalarından birinin üstlenmesi veya bireyin çocukken bakımını ücretli olarak çalışan akraba olmayan birinin sağlamasını ifade etmektedir.

Araştırmamızda bakımını anne-babanın birlikte üstlendiği öğrencilerde öz yargılama düzeyinin daha düşük bulunması, çocuğun yetiştirilmesi sürecinde annenin babayla olan iş birliğinin önemine işaret etmektedir. Annenin baba ile birlikte dayanışma ve karşılıklı destek ile çocuğun bakımını üstlendikleri durumlarda daha hoşgörülü ve kabullenici davranabilmektedirler. Diğer taraftan bakımın anne baba dışındaki bireylerin üstlendiği

çocuklar, eleştiriye ve bireyselliğe müdahaleye daha fazla maruz kalabilmektedirler. Bu da çocuklarda öz yargılama eğilimine neden oluyor görünmektedir.

5.1.2. Anne-Baba Bağlanması Değişkenine Göre Bulguların Yorumlanması

Öğrencilerin anne-baba bağlanması incelendiğinde sosyo-ekonomik düzeye göre anne bağlanma, okudukları fakülteye göre anne-baba bağlanması farklılık gösterdiği bulunmuştur. Öğrencilerin anne-baba bağlanması; cinsiyet, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi, anne çalşıma durumu ve bakımı üstlenen kişi değişkenine göre farklılık göstermemektedir.

Öğrencilerin cinsiyete göre bağlanma (anne-baba bağlanma) düzeyleri incelendiğinde anne ya da baba bağlanması arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Alanyazında anne bağlanma ya da baba bağlanması arasında cinsiyete göre anlamlı farklılığa rastlanmadığını gösteren araştırmalar oldukça fazladır. Fang'in (2017) çocukluk döneminde erken bağlanma stiline ve ergenlik döneminde zorbalık deneyimine dahil olma veya şahit olmanın yetişkinlikteki bağlanma stillerini ve romantik ilişkilerini nasıl etkileyebileceğini incelediği araştırmada anneye ve babaya bağlanmanın cinsiyete göre farklılık göstermediği görülmüştür. Gül'ün (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin duygu dışavurumlarıyla ilişkisini incelediği çalışmada; Yağcı'nın (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleriyle sürekli öfke ve öfkeyi ifade etme tarzlarının ilişkisini incelediği çalışmasında; Yazıcıoğlu'nun (2011) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin stresle başa çıkma stratejileriyle ilişkisini incelediği çalışmasında bağlanma stillerinin cinsiyete göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Sümer ve Harma'nın (2015), ebeveynlerin kendilerine ilişkin bildirdikleri korkulu ve kayıtsız bağlanmaları ile çocukların kendilerine ilişkin bildirdikleri sürekli kaygı ve akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmada da anneye bağlanma ya da babaya bağlanmanın cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Coleman'ın (2003) anneye bağlanma, babaya bağlanma, sosyal öz yeterlilik ve akran ilişkilerinin kalitesi (akranlara bağlanma ve mağduriyet algıları) arasındaki ilişkiler, bir kırsal ilköğretim okuluna devam eden beşinci ve altıncı sınıf öğrencisi ile yürüttüğü çalışmasında anneye bağlanmanın ya da babaya bağlanmanın cinsiyete göre farklılık göstermediği saptanmıştır. Bu durum psikanalitik kuramın ileri sürdüğü gibi çocuğun karşı cinsten anne-babaya bağlanacağına ilişkin varsayımıyla uyuşmamaktadır.

Günümüzde birçok alanda, eşitlikçi cinsiyet rollerinin artması ile ebeveynlerin kızları ve oğullarıyla etkileşim biçimlerindeki farklılıkların azaldığı görülmektedir. Buna bağlı olarak cinsiyet değişkeninin ergenlerin anne ve babasına bağlanma düzeyine etki etmediği söylenebilir.

Öğrencilerin devam edilen fakülteye göre bağlanma (anne-baba bağlanma) düzeyleri incelendiğinde anne-baba bağlanması devam edilen fakülteye göre farklılık gösterdiği bulunmuştur. Buna göre, Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin anne bağlanması, Eğitim Fakültesi öğrencilerinininkinden anlamlı düzeyde yüksektir. Hukuk Fakültesi öğrencilerinin baba bağlanması ise Eğitim Fakültesi öğrencilerinininkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

Ailede anne çocuğun birlikte en fazla zaman geçirdiği ebeveynidir. Çocuğunu dinler, onunla konuşur, öğütler verir. Anneler, henüz karınlarındaiken çocuklarıyla oluşturdukları bağı ilerleyen yıllarda daha da geliştirirler. Dolayısıyla çocuğun annesiyle olan bağının sevgi, ilgi ve şefkat gibi duygulardan beslendiğini söyleyebiliriz. Edebiyat gibi daha çok duyuşsal özelliklere dayanan bölümlerde okuyan öğrencilerin bu alanı seçmelerinde bu özelliklere yakın olan anneye bağlanmanın rolü olabilir. Diğer yandan babanın ailedeki rolü güç, iktidar, sağlamlık, dayanıklılık, duygularını belli etmeme, otoriterlik vb. katı özelliklerle özdeşleşmiştir. Duyguların çok fazla ön planda olmadığı, edebiyat alanındakilere göreli olarak daha mantıksal bir bakış açısının geliştirildiği hukuk alanında okuyan öğrencilerin bu alanda okumayı seçmelerinde de baba figürüne daha yakınlık duymalarının rolü olabilir.

Gül'ün (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin duygu dışavurumlarıyla ilişkisini incelediği çalışmasında anneye ve babaya bağlanmanın öğrencilerinin okudukları bölüme göre farklılaşmadığı; Altundağ'ın (2011) bağlanma stillerinin stresle başa çıkma ve stresi algılama düzeyi ile ilişkisini inceleyen çalışmasında üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin okudukları bölüme göre farklılaşmadığı görülmüştür. Demir'in (2017) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin kaygı düzeyi ve yetersizlik duygusu ile ilişkisini incelediği çalışmasında da anneye ve babaya bağlanmanın öğrenim görülmekte olan bölüme göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Tüm bu bulgular araştırmamızdan elde edilen bulgulardan farklılık göstermektedir.

Bu araştırmada, öğrencilerin anne eğitim düzeyine göre anne-baba bağlanması arasında farklılığa rastlanmamıştır. Ertuna'nın (2016), Helikopter Ebeveynlik Ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışmalarını yaptığı ve üniversite öğrencilerinde aşırı ebeveynlik davranışlarını

belirlemek üzere yürüttüğü çalışmasında; okur yazar olmayan annelerin ilkokul ve üniversite üzeri mezunu annelere göre aşırı ebeveynlik davranışlarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır. İlgili çalışmada elde edilen bulgulara göre en düşük eğitim düzeyinden en yüksek eğitim düzeyine doğru, aşırı ebeveyn davranışı sergilemede en yüksek puanı okur yazar olmayan annelerin, en az puanı ise üniversite ve üzeri mezunu annelerin aldığı görülmektedir. Annelerde aşırı ebeveynlik davranışları ile çocuklarda anneye bağlanma düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu varsayıldığında, Ertuna'nın (2016) çalışmasında elde edilen bu bulgu anne eğitim düzeyi arttıkça anneye bağlanma düzeyinin düşeceği şeklinde yorumlanabilir.

Sümer ve Harma'nın (2015), ebeveynlerin kendilerine ilişkin bildirdikleri korkulu ve kayıtsız bağlanmaları ile çocukların kendilerine ilişkin bildirdikleri sürekli kaygı ve akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmada da anne eğitim düzeyi arttıkça anneye ve babaya korkulu bağlanmanın anlamlı düzeyde azaldığı saptanmıştır.

Mohamadirizi ve Kordi'nin (2016) hamilelik dönemde çok boyutlu öz duyarlık ve bebek-anne bağlanması arasındaki ilişkiyi incelemek üzere yürüttükleri çalışmada anne eğitim düzeyi ile anne-bebek bağlanma düzeyi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır. Dolayısıyla ebeveyne bağlanma anne karnında başlayarak yetişkinlik dönemine de uzanmaktadır. Anne-bebek bağlanmasının doğumdan sonra annelerin tutumu ve performansını, doğumdan sonra bebeklerin ve bağlanma kalıpları ile etkileşimi, anne-bebek etkileşimleri ve doğumdan sonra bağlanma kalıplarını tahmin etmede önemli bir faktör olduğuna dair bazı kanıtlar bulunmaktadır. Bağımlılığı yüksek olan annelerin doğum sonrası dönemde bebeklerle etkileşiminin daha fazla olduğu ve bunun da çocukların duygusal, bilişsel ve sosyal etkileşimi üzerinde önemli bir etkisi olduğu gösterilmiştir (Seimyr vd, 2009).

Mohamadirizi ve Kordi'nin (2016) çalışmalarında anne eğitim düzeyi ile anne-bebek bağlanma düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu yönünde elde edilen bulgunun, Seimyr vd.'nin (2009) araştırmalarında elde edilen bulgulardan hareketle, çocukta ileride anneye bağlanma düzeyi üzerinde de etkili olabileceği görülmektedir. Dolayısıyla Ertuna'nın (2016), Sümer ve Harma'nın (2015) ve Mohamadirizi ve Kordi'nin (2016) çalışmalarında elde edilen bulguların, araştırmamızda anneye bağlanma puanlarının anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği yönünde elde edilen bulgudan farklılık gösterdiği şeklinde yorumlanması mümkündür.

Diğer yandan Gül'ün (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin duygu dışavurumlarıyla ilişkisini incelemek üzere yürüttüğü çalışmada; Yazıcıoğlu'nun (2011) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin stresle başa çıkma stratejileriyle ilişkisini incelediği çalışmada ve ayrıca ve Demir'in (2017) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin kaygı düzeyi ve yetersizlik duygusu ilişkisini incelemek üzere yürüttüğü çalışmada üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin anne düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmış olup bu bulgular araştırmamızda bu yönde elde edilen bulgularla paralellik göstermektedir.

Baba eğitim düzeyine göre anne-baba bağlanması arasında farklılığa rastlanmamıştır. Gül'ün (2017) üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin duygu dışavurumlarıyla ilişkisini incelemek üzere yürüttüğü, Yazıcıoğlu'nun (2011) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin stresle başa çıkma stratejileriyle ilişkisini incelediği ve 391 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü, Demir'in (2017) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin kaygı düzeyleriyle ve yetersizlik duygularıyla ilişkisini incelemek üzere 200 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü çalışmalar da bulunmaktadır. Sümer ve Harma (2015), ebeveynlerin kendilerine ilişkin bildirdikleri korkulu ve kayıtsız bağlanmaları ile çocukların kendilerine ilişkin bildirdikleri Matematik ve Türk Edebiyatı derslerinde sürekli kaygı ve akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkiyi 1877 öğrenci üzerinde incelemiştir. Çalışmada da baba eğitim düzeyi yükseldikçe babaya korkulu bağlanma ve ayrıca anneye korkulu ve kayıtsız bağlanma düzeylerinin azaldığı saptanmıştır.

Bu araştırmada anne çalışma durumuna göre anne bağlanması ya da baba bağlanması arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Karaboğa'nın (2011) çalışmada bağlanma stillerinin anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği, annesi çalışmakta olan öğrencilerin annesi çalışmayan öğrencilere göre kayıtsız bağlanma stilini anlamlı düzeyde daha fazla kullandıkları saptanmıştır. Bu bulgu, araştırmamızda ebeveyne bağlanma puanlarının anne çalışma durumuna göre farklılık göstermediği yönünde elde edilen bulgudan farklılık göstermektedir. Diğer yandan aynı çalışmada güvenli, korkulu ve saplantılı bağlanma stillerinden alınan puanların anne çalışma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği yönündeki bulgu araştırmamızda ebeveyne bağlanma puanlarının anne çalışma durumuna göre farklılık göstermediği yönünde elde edilen bulguları destekler niteliktedir.

Anne ve baba bağlanmasının sadece 0-2 yaş dönemin kapsamadığını, bağlanmanın hayat boyu devam ettiğini düşünürsek, anne ve babanın çocuğu ile kaliteli ve işlevsel zaman

geçirmesinin, tutarlı ve sabırlı bir ebeveynlik yapmasının çalışıyor olup daha az zaman geçirmesinden daha anlamlı olduğu söylenebilir.

Bu araştırmada, sosyo-ekonomik düzeye göre öğrencilerin bağlanma (anne-baba bağlanma) düzeylerine bakıldığında; yalnızca anne bağlanma puanları sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık göstermektedir. Baba bağlanma düzeyinde ise sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Buna göre; aile geliri çok yüksek-yüksek ve orta olan öğrencilerin anneye bağlanma düzeyleri, aile geliri düşük-çok düşük olan öğrencilerinkinden anlamlı düzeyde yüksektir.

Araştırmamızda bu bulgu aile geliri çok yüksek-yüksek ve orta olan öğrencilerin anne bağlanma düzeylerinin aile geliri düşük-çok düşük olan öğrencilerinkinden anlamlı düzeyde yüksek olmasının bir nedeni Maslow'un ihtiyaç teorisine dayandırılabilir. Annenin temelde her ne kadar hedefi çocuğuna şefkat sevgi vermek olsa da hedeflerinin başında Maslow'un ihtiyaç piramidine göre en temel ihtiyacı çocuğuna beslenme, barınma ve güvenli ortamı sağlama olabilir. Ekonomik gelirin düşük olduğu ailelerde annenin, çocuğun temel ihtiyaçlarına odaklanıp piramidin üst basamaklarındaki diğer ihtiyaçlarını karşılamada yetersiz kalabileceği, şeklinde yorumlanabilir.

Ancak, araştırmamızda aynı doğrultuda bulguları olmayan çalışmalar da bulunmaktadır. Gül'ün (2017), Altındağ'ın (2011) ve Yazıcıoğlu'nun (2011) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin algılanan sosyo-ekonomik duruma göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Bu araştırmalarda elde edilen bulgular araştırmamızda anne bağlanmasına ilişkin elde edilen bulgudan farklılık göstermektedir. Babaya bağlanmasına ilişkin bulguyu destekler niteliktedir.

Bu araştırmada bakımı üstlenen kişiye göre anne-baba bağlanması arasında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Yazıcıoğlu'nun (2011) çalışmasında, üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin doğum itibarıyla bakımını üstlenen kişilere göre anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Araştırmamızda bu yönde elde edilen bulguyu desteklemektedir.

5.1.3. Anne-Baba Bağlanması Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların Bilincinde Olma, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı Özdeşleşmeyi Yordamasına İlişkin Bulguların Yorumlanması

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmanın öz sevecenlik düzeyini yordayıp yordamadığı incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin anne ve babaya bağlanmanın öz sevecenlik düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Öz sevecenlik puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık %7 'sinin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Bayar ve Tuzgöl Dost'un (2018) üniversite öğrencilerinde öz duyarlılığın yordayıcıları olarak bağlanma stilleri ve algılanan sosyal desteği inceledikleri çalışmasında araştırmamızda kullanılan Ebeveyne Bağlanma Anketinden (anneye bağlanma, babaya bağlanma) farklı olarak kaygılı bağlanma ve kaçınan bağlanma stillerinden oluşan Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II (YİYE-II) kullanılmıştır. Araştırmada üniversite öğrencilerinde kaygılı bağlanma düzeyinin öz duyarlık düzeyini negatif yönde yordadığı tespit edilmiştir. Mevcut araştırmanın bulguları, bu bulguları destekler niteliktedir.

Öğrencilerin kendilerini olumsuz deneyimlerinden zihinsel olarak koruyabilmeleri için koşulsuz kabul ve koşulsuz sevgiye ihtiyaçları vardır. Anne ve babayla gerçekleştirilmiş güvenli bağlanma yöntemi bunu destekler niteliktedir. Anne ve babası tarafından koşulsuz kabul edilen çocuk kendini de koşulsuz sevmeyi öğrenebilir. Dolayısıyla ailesini rol model alan ve bunu hissederek büyüyen çocuk kendine de merhamet etmeyi, kendini anlamayı ve sevmeyi öğrenebilir. Ayrıca bebeklikte ve çocuklukta temel ihtiyaçları (beslenme, öz bakım, sevgi) zamanında karşılanmış birey hem kendisinin hem dünyanın güvenilir bir yer olduğunu bilerek büyür. Kendine ve evrene güvenerek büyüyen bireyin öz sevecenliği yüksek olur diyebiliriz.

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmanın öz yargılama düzeyini yordayıp yordamadığı incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin anne bağlanmasının öz yargılama düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, ancak baba bağlanmasının öz yargılama düzeyinin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür. Öz yargılama puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık %5 'nin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir. Andiç (2013) ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların neler olabileceğinin belirlenmesi ve bu konular ile bireylerin bağlanma tarzları, sahip olunan öz şefkat düzeyleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin ele alınması araştırmanın temel amacını oluşturmuştur. Lisede ve üniversitede okumakta olan kız ve erkek öğrencilerden

oluşmaktadır. Çalışma kapsamında, veri toplama aşamasında, katılımcılara Demografik Bilgi Formu, Ergenlik Konuları Ölçeği, Çok Boyutlu Bağlanma Ölçeği, Öz Şefkat Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri uygulanmıştır. Araştırma sonuçları, tüm temel değişkenlerin (ergenlik konuları, bağlanma tarzları, öz şefkat, psikolojik belirtiler) birbirleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ergenlik dönemindeki bireylerin psikolojik belirtilerini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizi, olumsuz kendilik algısı, olumsuz baba algısı, olumlu kendilik algısı, olumlu anne algısı, öz yargılama, izolasyon, paylaşımların bilincinde olma, sağlık ve ekonomik konular değişkenlerinin psikolojik sağlığı yordayan değişkenler olduğunu belirtmiştir. Analiz sonuçlarında, bağlanma tarzları ile ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular arasındaki ilişkide, Öz Şefkat Ölçeği' nin alt boyutlarının aracı rollerinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca, ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere aracılık etmesi, araştırmanın önemli sonuçları arasındadır. Güvenli bağlanma gerçekleştirmiş kişiler izolasyon ve ayrılık duygularına neden olan bencilliği azaltarak, birbirine bağlılık duygularını artırmaktadır. Dolayısıyla izolasyon ve öz yargılama duygularını azaltarak paylaşımların bilincinde olma duygusuna olumlu yönde katkıda bulunmaktadır. Mevcut araştırmanın bulguları, bu bulguları destekler niteliktedir.

En temel ve önemli bağlanmanın birincil bakım veren kişiyle olduğunu düşünürsek, bebek anneye veya bakımın üstelenen kişiyle kurduğu güvenli ilişkiden sonra kendine, benliğine zarar verecek diğer bağlanma türlerine fırsat vermiyor olabilir. Diğer bir değişle, anneye sağladığı güvenli bağlanma sonucu bebek/çocuk benliğinin cesaretini kimsenin kırmasına izin vermiyor şeklinde yorumlanabilir.

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmanın paylaşımların bilincinde olma düzeyini yordayıp yordamadığı incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin anne ve babaya bağlanmanın paylaşımların bilincinde olma düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Paylaşımların bilincinde olma puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık %5 'inin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir

Mikulincer ve Shaver (2005) tarafından yapılan bir araştırmada, bakım verenle kurulan güvenli bağın, güvenli bağlanan bireylerin güvensiz bağlanan bireylerle karşılaştırıldığında, diğer insanların acılarını kolay ve çabuk anlayarak, onlara cevap verdikleri bulunmuştur. "Paylaşımların bilincinde olma" yaşanan olumsuz deneyimlerin sadece kişinin kendi başına

gelmediğini, tüm insanlık tarafından deneyimlenebileceği bilgisine sahip olmayı içerir (Neff, 2003a).

Güvenli ve işbirlikçi bir anne baba tutumu ve bağlanması sonucu birey yaşanan olumsuz deneyimlerin sadece kendi başına gelmediğini düşünebilir. Tüm insanlık tarafından deneyimlendiğini, dolayısıyla bu durumları da nazikçe kabul edip sahip çıkmamız gerektiğini benimser şeklinde yorumlanabilir.

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmanın izolasyon düzeyini yordayıp yordamadığı incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin bağlanmanın izolasyon düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, ancak babaya bağlanmada izolasyon düzeyinin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür. İzolasyon puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık %5 'inin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Elkind, (1969) ise dengeli bir bilinçliliğin, insanlığın geri kalanından izolasyon ve ayrılık duygularına neden olan bencilliği azaltarak birbirine bağlılık duygularını artırdığını söylemektedir. Dolayısıyla izolasyon duygusunu azaltarak paylaşımların bilincinde olma duygusuna olumlu yönde katkıda bulunduğunu ifade etmiştir.

Anneye ve babaya bağlanma birbirine benzer özellikler içerebildikleri gibi farklılıklar da taşımaktadırlar. Özellikle anneye bağlanmanın özünde hassas ve yumuşak duygular içermesi nedeniyle öz duyarlık ve bileşenleri ile anneye bağlanma arasında babaya bağlanmaya göre daha güçlü bir ilişki oluşturduğu söylenebilir.

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmanın bilinçlilik düzeyini yordayıp yordamadığı incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin anne ve babaya bağlanmanın bilinçlilik düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmüştür. Bilinçlilik puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık % 3 'ünün anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir

Başak'ın (2012) sosyal bağlılığı yüksek olan bireylerin sosyal ilişkilere önem vermesi ve sosyal yönden daha güçlü ilişkiler geliştirmesi, güvenli bağlananların özgüvenlerinin yüksek olması ve sosyal hayatı olumlu algılaması da öz duyarlılığın temel unsurlarından olan

bilinçliliğin sosyal ilişkilere yönelik özellikleriyle kesişmektedir (Collins ve Read, 1990; Barthalomew ve Horowitz, 1991; İkiz ve Totan, 2012).

Bilinçlilik duygusu öğrencilerde özellikle öz sevecenlik ve paylaşımların bilincinde olma bileşenlerine daha fazla katkıda bulunmaktadır. Kişide bağlılık ve öz sevecenlik duygularıyla, bilinçlilik artırılabilir. Kişi kendini kabul etmeyi deneyimlemek için yeterince uzun bir süre kendini yargılamayı ve azarlamayı bıraktığında, öz yargılama duygusal deneyiminin öğrenci üzerindeki olumsuz etkisi azalır. Birey, düşünceleri ve duyguları hakkında dengeli bir bilinçlilik geliştirebilmektedir. Acı çekmenin ve kişisel başarısızlığın tüm insanların başına gelebildiğinin bilincinde olan öğrenci, kendi deneyimi üzerinde daha rahatlatıcı bir bakış açısı geliştirebilmektedir. Küçüklükten itibaren uzun süre hem anneye hem babayla geliştirilen bağlar, aynı çatı altında bulunma ve bir aile olmanın etkisiyle çocukta anneye ve babaya bağlanma arasında ortak paydalar oluşmuştur. Bu da araştırmamızda anneye bağlanma ve babaya bağlanma arasında bulunan ilişkiyi açıklayabilir.

Neff ve Beretvas (2013) da güvenli bağlanma stilini daha fazla kullanan bireylerin kendini kabul etmede ve diğer bireylerle bağ kurmada daha gelişmiş olduğunu saptamıştır. Araştırmada bu bireylerin zorluklar karşısında daha dayanıklı olmaları nedeniyle öz duyarlılık düzeylerinin yüksek olacağı denencesi de desteklenmiştir. Neff'e (2003a) göre öz duyarlılığın öz yargılamaya karşı öz sevecenlik, izolasyona karşı paylaşımların bilincinde olma aşırı özdeşleşmeye karşı bilinçlilik gibi bileşenleri kavramsal açıdan farklılık göstermektedir. Fenomenolojik düzeyde farklı deneyimler içerse de bu kavramlar birbirleriyle yakından ilişki içerisindedir. Birbirlerini karşılıklı olarak geliştirecek ve etkileyecek şekilde etkileşime girerler. Bireyin kendini olumsuz deneyimlerinden zihinsel olarak koruyabilmesi için belirli bir bilinçlilik derecesinin gerekli olduğu tartışılmıştır. Ancak bilinçlilik; öz sevecenlik ve paylaşımların bilincinde olma bileşenlerine daha doğrudan bir katkı sağlamaktadır.

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin anne-baba bağlanmanın aşırı özdeşleşme düzeyini yordayıp yordamadığı incelenmiş ve elde edilen bulgulara göre üniversite öğrencilerinin anne bağlanmanın aşırı özdeşleşme düzeyi üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, ancak baba bağlanması aşırı özdeşleşme düzeyinin anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmüştür. Aşırı özdeşleşme puanlarına ilişkin toplam varyansın yaklaşık %5 'inin anne-baba bağlanması ile açıklandığı söylenebilir.

Neff (2003a), acı çekmenin ve kişisel başarısızlığın tüm insanların başına gelebileceğinin bilincinde olmanın, bireyin deneyimi üzerinde daha rahatlatıcı bir bakış açısı geliştirmesine yardımcı olacağını söylemektedir. Aynı zamanda da bireyin duygularına ve düşüncelerine olması gerekenin çok üzerinde dikkat etmesinin ve onlarla aşırı özdeşleşmesinin önüne geçebilmeyi sağlayacağını belirtmiştir. Öğrencilerde paylaşımların bilincinde olan ve öz sevecenlik duyguları birbirlerini güçlendiren duygulardır. Acı çeken ve kişisel başarısızlıkların diğer bireylerin de yaşadıkları deneyimler olduğunun farkına varan öğrenciler, aşırı özdeşleşme, öz yargılama ve kendini suçlama duygularına daha az başvurmaktadır.

Duygulara ve düşüncelere olması gerekenin çok üzerinde dikkat etmekten ve onlarla aşırı özdeşleşmekten kaçınmak gerekir. Böylece kişi yaşadıkları deneyimleri kişiselleştirmeyip, kendisi dışında bu acı deneyimlere sahip herkes için sevecenlik ve anlayışlı duygular geliştirebilir. Özetle, öz duyarlık ile öz sevecenlik, öz yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme bileşenleri arasında yukarıda açıklanan bu güçlü ilişkilerin, araştırmamızda bunlar arasında bulunan anlamlı ilişkiyi açıklamaktadır.

5.2. Öneriler

Araştırmada elde edilen bulguların ve sonuçların değerlendirilmesi sonucunda üniversite öğrencilerinde anne-baba bağlanması öz duyarlık düzeyi konusunda yapılabilecek çalışmalara ilişkin öneriler düşünülmüştür. Birincisi uygulayıcılara; ikincisi araştırmacılara yönelik öneriler aşağıda paylaşılmıştır.

5.2.1. Uygulayıcılara Yönelik Öneriler

Araştırma sonuçlarından faydalanarak uygulayıcılar için bazı öneriler sunulabilir.

- 1) Alanyazın incelendiğinde bağlanma stillerini ve öz duyarlığı birlikte inceleyen az sayıda çalışmanın olduğu görülmüştür. Bağlanmanın en önemli aşamasının bebeklik ve çocukluk döneminde başlayıp ergenlikte de devam ettiğini düşünürsek, çocuklar ve ergenlerle çalışmaların artırılması önerilmektedir.
- 2) Araştırma grubumuzun geniş bir yaş aralığında olmaması nedeniyle yaş ile anne-baba bağlanması veya yaş ile öz duyarlık arasındaki ilişki araştırılmamıştır. Bu bakımdan daha geniş bir yaş grubunda yapılacak çalışmalara ihtiyaç bulunduğu söylenebilir. Yaş

değişkeninin öz duyarlık ve anne-baba bağlanması üzerindeki etkisinin tam olarak belirlenebilmesi açısından bunun önemli olduğu düşünülmektedir.

- 3) Ergenlikte anne baba bağlanma ve öz duyarlığı arttırmak için okulların rehberlik ve psikolojik danışma servisleri tarafından anne-baba-çocuk bağlanması ve öz duyarlığı arttırmaya yardımcı olacak programlar planlanarak psikoeğitim çalışmaları yapılabilir.
- 4) Her ne kadar bağlanma bebeklikte oluşsa da daha önce belirtildiği gibi yetişkinlikteki ilişkiler için değişebileceğinin bilinmesi önemlidir. Dolayısıyla, ilgili programlar geliştirilirken, güvenli bağlanmayı geliştirici konular üzerinde de durulabilir.
- 5) Araştırma grubunu oluşturan üniversite öğrencilerinin cinsiyete bağlı olmaksızın anne bağlanma ile öz duyarlık düzeyleri arasındaki ilişkinin baba bağlanma ile öz duyarlık düzeyleri arasındaki ilişkiden daha güçlü olduğu görülmektedir. Bu bakımdan toplumsal olarak bireylerin baba bağlanma iyileştirilmesi gerekmektedir. Bu konuda toplumu bilinçlendirmek açısından televizyon, radyo ve basından faydalanılarak geniş kitlelere ulaşılabileceği düşünülmektedir.
- 6) Toplumun bireysel farkındalığı daha yüksek insanlardan oluşabilmesi için sadece öz duyarlık açısından değil; psikolojik iyi oluş, şiddet eylemlerine müdahil olmama, öz saygı ve diğer birçok açıdan anne bağlanma kadar baba bağlanmanın da yeterli düzeyde olması gerekmektedir. Bundan hareketle, anne baba bağlanmasını bu kavramlar ile ilişkisinin de incelenmesi yerinde olacaktır.
- 7) Babanın eve ekmek getirmesinin öncelikli olduğu, ancak yaptığı işin niteliğinin çok önemli olmadığı toplumumuzda, erkeklerin eğitimlerini sürdürmelerinin vurgulanması önemlidir. Çocukluktan başlayarak, ergenlik döneminde de devam eden okullarda mizaca yönelik meslek tanıtım programları ve bunlara yönelik uygulamalı eğitim programları düzenlenebilir.
- 8) Toplumun öz duyarlılığının yükseltilmesinde ailenin sosyo-ekonomik durumunun orta ve üst seviyede olmasının oldukça önemli olduğu görülmektedir. Dolayısıyla, düşük gelir düzeyine sahip ailelere yetkili kuruluşlar tarafından yardım faaliyetleri düzenlenebilir. Ayrıca, ihtiyaç sahibi öğrencilere burs desteği sağlanabilir.

5.2.2. Gelecek Araştırmalara Yönelik Öneriler

Araştırma sonuçlarından faydalanarak ileride yapılabilecek araştırmalar için bazı öneriler sunulabilir.

- 1) Araştırmanın örneklemini Antalya’da Akdeniz Üniversitesinde bulunan üniversite öğrenimine devam eden Hukuk Edebiyat ve Eğitim Fakültesi 1, 2, 3 ve 4. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Bu nedenle ileride yapılacak araştırmaların farklı özelliklere sahip bölge, il ve ilçelerde bulunan üniversite öğrencileri ile yapılması önerilmektedir.
- 2) Bu araştırmada nicel yöntem kullanılmıştır fakat nicel yöntemlerle ölçülemeyen ayrıntıları tespit edebilmek amacıyla nicel yöntemlere ek olarak nitel araştırmaların yapılması önerilmektedir.
- 3) Farklı yaş grubunda olan, yine farklı sınıf düzeyi, bölüm ve fakültelerde okuyan öğrencilerin anne-baba bağlanması ve öz duyarlık değişkenleri açısından yeni araştırmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Adıgüzel, G. (2012). *Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Empatik Eğilim, Duyguları İfade Etme ve Öz-Anlayış Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ainsworth, M.D.S. (1964). Patterns of Attachment Behaviours Shown by an Infant in Interaction with His Mother. *Merrill-Palmer Quarterly*, 10, 51-58.
- 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.
- Ainsworth, M.D.S. (1989). Attachment Beyond Infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- Akın, Ü., Akın, A., ve Abacı, R. (2007). Öz-Duyarlık Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi/Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33, 1-10.
- Akhunlar, M.N. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Uyum Süreçleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alibekiroğlu, B.P. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Yaşam Doyumu ile Psikolojik Sağlık Arasındaki İlişkide Öz Anlayışın Aracı Etkisinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Altundağ, G. (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Stresle Başa Çıkma Tutumları ve Stresi Algılama Düzeyinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Altuntaş, O., ve Altınova, H.H. (2015). Farklı Engel Grupları Olan Kadınların Bağlanma Stilleri. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(3), 97-114.

- Ammaniti, M., Van Ijzendoorn, M.H., Speranza A. M., & Tambelli, R. (2000). Internal Working Models of Attachment During Late Childhood and Early Adolescence: An Exploration of Stability and Change. *Attachment and Human Development*, 2(3), 328–346.
- Arslan, E. (2008). *Bağlanma Stilleri Açısından Ergenlerde Erikson'un Psikososyal Gelişim Dönemleri ve Ego Kimlik Süreçlerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Arslan, E., Arslan, C., ve Arı, R. (2012). Kişilerarası Problem Çözme Yaklaşımlarının, Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(1), 7–23.
- Asıcı, E. (2013). *Öğretmen Adaylarının Affetme Özelliklerinin Öz-Duyarlık ve Benlik Saygısı Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Ayaz, C., ve Ünal, F. (2016). Öğretmenlerin Yaşam Boyu Öğrenme Eğilimlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(44), 847–856.
- Aydın, A., ve Soyer, U. (2012). Özel Eğitim Öğrencilerinin Öz Duyarlık ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (35), 5–18.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance Of Intimacy: An Attachment Perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of A Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*. 61, 226-244.
- Başak, B.E. (2012). *Düşük Gelirli Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlık, Sosyal Bağlılık ve İyimserlik ile Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişkiler*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Eskişehir Anadolu Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

- Bayar, Ö., ve Tuzgöl Dost, M. (2018). Üniversite Öğrencilerinde Öz-Şefkatin Yordayıcıları Olarak Bağlanma Tarzı ve Algılanan Sosyal Destek. *Hacettepe Üniversitesi/Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(3), 689-704.
- Bayar, Ö., (2018). *Üniversite Öğrencilerinde Öz-Şefkatin Yordayıcıları Olarak Bağlanma Tarzı ve Algılanan Sosyal Destek*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bogaert, A.F., & Sadava, S., (2002). Adult Attachment and Sexual Behavior, *Personal Relationships*, 9(2), 191-204.
- Bolt, O.C. (2015). *An Investigation of Mechanisms Underlying the Association Between Adult Attachment Insecurity and Romantic Relationship Dissatisfaction*. Doctoral Dissertation, Canterbury Christ Church University, United Kingdom.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol.1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1969). *Bağlanma ve Kaybetme, Cilt 1*. (Çev. T.V. Soylu). İstanbul: Pinhan.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol.2. Separation: Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1999). *Attachment and Loss: Attachment*. 2nd ed. New York: Basic Books.
- Bretherton, I. (1985). Attachment Theory: Retrospect And Prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50, 1-35.
- Brown, B. (1999). *Soul Without Shame: A Guide to Liberating Yourself from the Judge within*. Boston: Shambhala.
- Bulduk, S., ve Ardıç, E. (2015). Hemşirelik Öğrencilerinde Öz-Duyarlılığın İncelenmesi. *Journal of Academic Research in Nursing*, 1(2), 60–65.

[http://www.jarengteah.org/eng/jvi.aspx?pdire=jaren&plng=eng&un=JAREN-21939&look4=.](http://www.jarengteah.org/eng/jvi.aspx?pdire=jaren&plng=eng&un=JAREN-21939&look4=)

- Burger, J.M. (2006). *Kişilik*. (Çev. İnan Deniz Erguvan Sarıoğlu). İstanbul: Kaknüs.
- Burmenskaya, G.V. (2009). Child's Attachment to Mother as the Basis of Mental Development Typology. *Psychology in Russia: State of the Art*, 2, 385-403.
- Buyse, E., Verschueren, K., & Doumen, S. (2011). Preschoolers' Attachment to Mother and Risk for Adjustment Problems in Kindergarten: Can Teachers Make a Difference? *Social Development*, 20(1), 33-50.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri (Geliştirilmiş 14. baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Cassidy, J. (1994) Emotion Regulation: Influences of Attachment Relationships. In N.A. Fox (Editör), *The Development of Emotion Regulation: Biological and Behavioral Considerations*. Monographs of the Society for Research in Child Development, 59.
- Cohn, D.A. (1990). Child-Mother Attachment of Six-Year-Olds And Social Competence at School. *Child Development*, 61, 152-162.
- Coleman, P. K. (2003). Perceptions of Parent-Child Attachment, Social Self-Efficacy, and Peer Relationships in Middle Childhood. *Infant and Child Development*, 12(4), 351-368.
- Collins, N.L., & Read, S.J. (1990). Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Çakır, S. (2008). *Evli Bireylerin Evlilik Uyumlarının Ana-Babalarına Bağlanma Düzeyleri ve Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin Bağlanma Kuramı ve Duygulanım Düzenleme Stratejilerinin Depresyonla İlişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240-255. <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/pskguncel/article/view/5000076416>.

- Demir, D. (2016). *Evlilik Uyumu ile Bağlanma Stilleri ve Kişilerarası Problem Çözme Davranışı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Demir, S. (2017). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Kaygı Düzeyleri ve Yetersizlik Duyguları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Deniz, M.E. (2011). Karar Verme Stilleri ve Beş Faktör Kişilik Özelliklerinin Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 97–113.
- Dikici, A. (1998). *Cassidy Kukla Görüşme Formunun Beş Altı Yaş Çocuklarına Uyarlanması ve Öz Saygı Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi/Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dilmaç, B., Hamarta, E., ve Arslan, C. (2009). Üniversite Öğrencilerinin Sürekli Kaygı ve Denetim Odaklarının Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(1), 127–159.
- Duran, S., ve Barlas, G. Ü. (2015). Zihinsel Engelli Bireylerin Ebeveynlerinin Öznel İyi Oluş, Öz Duyarlık ve Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesi. *Mersin Univ Sağlık Bilim Derg.*, 7(3), 69–79.
- Düşmez, İ., ve Yayıcı, L. (2015). Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri ve Stresle Başaçıkma Stratejilerinin İncelenmesi. *Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 5(9), 61–84.
- Elkind, D. (1967). Egocentrism in Adolescence. *Child Development*, 38, 1025-1034.
- Erdem, S. (2017). Attachment to Parents and Resilience Among High School Students. *Journal of Positive Psychology & Wellbeing*, 1(1), 22-33.
- Ergin, B.E. (2009). *Kişilerarası Problem Çözme Davranışı, Yetişkinlerdeki Bağlanma Biçimleri ve Psikolojik Rahatsızlık Belirtileri Arasındaki İlişkiler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Ergin, B.E., ve Dağ, İ. (2013). Kişilerarası Problem Çözme Davranışları, Yetişkinlerdeki Bağlanma Yönelimleri ve Psikolojik Belirtiler Arasındaki İlişkiler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 14(1), 36–45. <http://www.scopus.com/inward/record.url?eid=2-s2.0-84885040939&partnerID=40&md5=d1d072d8c4e8e8b9c4090c90ee159a3d>.
- Erözkan, A. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Karar Stratejileri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(3), 60–74. <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/ijoess/article/view/5000039509>.
- Ertuna, E. (2016). *The Turkish Translation, and Reliability, Validity Study of Helicopter Parenting Instrument*. Unpublished Master's Thesis. Graduate School of Social Science, Near East University, Nicosia, Cyprus.
- Erzen, E. (2013). *Üniversite Sınavlarına Hazırlanan Ergenlerin Bağlanma Stilleri ve Öz Yeterlikleri ile Sınav Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Erzi, S. (2012). *Kız Üniversite Öğrencilerinin Yeme Tutumları ile Yetişkin Bağlanma Stilleri Ve Stresle Başa Çıkma Yollarının İlişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Esen, B.F. (2017). *Depresyonda Tedaviye Yanıtı Yordamada Ruminasyon, Yaşantısal Kaçınma, Bilişsel Birleşme ve Kendine-Şefkatin Etkisi*. Tıpta Uzmanlık Tezi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi/Psikiyatri Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.
- Fang, Q. (2017). *Attachment, Bullying, and Romantic Relationships in College Students*. Unpublished Doctoral Thesis. Graduate College of Bowling Green State University, Ohio, USA.
- Fox, N. A., Kimmerly, N. L., & Schafer, W.D. (1991). Attachment to Mother / Attachment to Father: A Meta-Analysis. *Child Development*, 62(1), 210-225.

- Fraley, R.C. (2002). Attachment Stability from Infancy to Adulthood: Meta-Analysis and Dynamic Modelling of Developmental Mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6, 123-151.
- Fraley, R.C., & Shaver, P.R. (2000). Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, and Unanswered Questions. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- Fredrickson, B.L. (2001). The Role of Positive Emotions in Positive Psychology. *American Psychologist*, 56, 218–226.
- Fromm, E. (1963). *The Art of Loving*. New York: Bantam Books.
- Germer, C.K. (2009). *The Mindful Path to Self-Compassion: Freeing Yourself from Destructive Thoughts and Emotions*. Hove: Routledge.
- Germer, C.K., & Neff, K.D. (2013). Self Compassion in Clinical Practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856-867.
- Gotheim, C.P. (2009). *Self-Esteem, Self-Compassion, Defensive Self-Esteem and related Features of Narcissism as Predictors of Aggression*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Albany, State University of New York. https://media.proquest.com/media/pq/classic/doc/1939133731/fmt/ai/rep/NPDF?_s=sG%2F5nkRdKsNsXdSoek8%2B3THx0K0%3D
- Grossmann, K., & Grossmann, K.E. (2009). The Impact of Attachment to Mother and Father and Sensitive Support of Exploration at an Early Age on Children's Psychosocial Development Through Young Adulthood. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 1–6.
- Gül, T.G. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri ile Duygu Dışavurum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Gündüz, B. (2013). Bağlanma Stilleri, Akılcı Olmayan İnançlar ve Psikolojik Belirtilerin Bilişsel Esnekliği Yordamadaki Katkıları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 13(4), 2071–2085.
- Gündüz, E.İ. (2018). *Öz-Saygının, Moral Duygular ve Depresyon ile İlişkisinde Öz-Şefkatin Düzenleyici Etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güngör, D. (2000). *Bağlanma Stilleri ve Zihinsel Modellerin Kuşaklararası Aktarımında Anababalık Stillерinin Rolü*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Hamarta, E., Deniz, M.E., ve Durmuşoğlu Saltalı, N. (2009). Bağlanma Stillерinin Duygusal Zekâyı Yordama Düzeyi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(1), 195–229.
- Hanako, S., & Akemi, T. (2015). Roles of Attachment and Self-Esteem: Impact of Early Life Stress on Depressive Symptoms Among Japanese Institutionalized Children. *BMC Psychiatry*, 15(1), 1-11.
- Hawkins, C.A., Howard, A.R., & Oyebode, R.J., (2007). Stress and Coping in Hospice Nursing Staff. The impact of attachment styles. *Psychooncology*, 16(6), 563-72.
- Hayali Emir, S. (2014). *Üniversite Birinci Sınıf Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ile Stresle Başa Çıkma Biçimleri, Kendilik Alguları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Hazan, C., & Shaver, P.R. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hinderlie, H., & Kenny, M.E. (2002). Attachment, Social Support, and College Adjustment Among Black Students at Predominantly White Universities. *Journal of College Student Development*, 43, 327-340.

- Irons, C. (2007). *Early Parental Rearing, Attachment Relating, Self-Attacking, Self-Compassion and Their Relationship to Depression Symptomology in Undergraduate Students*. Doctoral Dissertation. University of Sheffield, United Kingdom.
- İkiz, E., ve Totan, T. (2012). Üniversite Öğrencilerinde Öz-Duyarlık ve Duygusal Zekânın İncelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(1), 51-71.
- Jacobsen, T., Edelstein, W., & Hofmann, V. (1994). A Longitudinal Study of the Relation Between Representations of Attachment in Childhood and Cognitive Functioning In Childhood And Adolescence. *Developmental Psychology*, 30: 112-124.
- Jeon, H., Lee, K., & Kwon, S. (2016). Investigation of the Structural Relationships between Social Support, Self-Compassion, and Subjective Well-Being in Korean Elite Student Athletes. *Psychological Reports Journal Impact & Description*, 119(1), 39-54.
- Jopling, D.A. (2000). *Self-Knowledge and the Self*. New York: Routledge.
- Karabacak, K., ve Uzun, E.N. (2014). Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Duyarlılığı. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(8), 178–190.
- Karakaş, M. (2017). *Tükenmişlik Sendromunun Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri Üzerinden Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Karakoyun, S.Y. (2014). *Kurum Bakımı Deneyimi Olan Yetişkinlerin Adil Dünya İnançları ve Bağlanma Stillерinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kenny, M.E., ve Sirin, S.R. (2006). Parental Attachment, Self-Worth, and Depressive Symptoms among Emerging Adults. *Journal of Counseling and Development*, 84, 61-71.
- Kerns, K.A., Tomich, P.L., Aspelmeier, J.E., & Contreras, J.M. (2000). Attachment-Based Assessments of Parent-Child Relationships in Middle Childhood. *Developmental Psychology*, 36(5), 614-626.

- Kesebir, S., Özdoğan Kavzoğlu, S., ve Üstündağ, M.F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321–342.
- Kirkpatrick, K.L. (2005). Enhancing Self-Compassion Using a Gestalt Two Chair Intervention, Doctoral Dissertation, University of Texas at Austin.
- Klohnen, E.C., & Oliver P. J. (1998). *Working Models of Attachment: A Theory-Based Prototype Approach. Attachment Theory and Close Relationships*. J.A. Simpson ve W.S. Rholes (Eds.). New York: The Guilford Press.
- Kozalı, E., 2017. *Depresyonda Yaşam Kalitesi: Yetişkin Bağlanma Stilleri, Duygulanım Düzenleme Stratejileri ve Öz Duyarlılığın Rolü*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İzmir Katip Çelebi Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Leary, M. R., Tate, E. B., Adams, C. E., Allen, A. B., & Hancock, J. (2007). Self-Compassion And Reactions to Unpleasant Self-Relevant Events: The Implications of Treating Oneself Kindly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(5), 887-904.
- Lease, S.H., & Dahlbeck, D.T. (2009). Parental Influences, Career Decision-Making Attributions, and Self-Efficacy: Differences for Men and Women? *Journal of Career Development*, 36(2), 95-113.
- Maheux, A., & Price, M. (2016). The Indirect Effect of Social Support on Post-Trauma Psychopathology Via Self-Compassion. *Personality & Individual Differences*, 88, 102-107.
- Marganska, A., Gallagher, M., & Miranda, R. (2013). Adult Attachment, Emotion Dysregulation, and Symptoms of Depression and Generalized Anxiety Disorder. *American Journal of Orthopsychiatry*, 83(1), 131-141.
- Marquardt, I., & Suljevic, S. (2016). *Parental Attachment And Adolescent Self-Harm: A Multidimensional Approach Examining Patterns of Attachment in Relation to Self-Harm*. Independent thesis Basic level (degree of Bachelor), School of Law, Psychology and Social Work, Örebro University.

- Marshall, S.L., Parker, P.D., Ciarrochi, J., Sahdra, B., Jackson J.C., & Heaven P.C.L. (2015). Self-Compassion Protects Against the Negative Effects of Low Self-Esteem: A Longitudinal Study in a Large Adolescent Sample, *Personality and Individual Differences*, 74, 116-121.
- Martin, J.R. (1997). Mindfulness: A Proposed Common Factor. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7(4), 291-312.
- Mete Oflu, B., İkiz, F. E., ve Asıcı, E. (2016). Duyguları Fark Etme ve İfade Etme Psiko-Eğitim Programının Psikolojik Danışman Adaylarının Öz-Duyarlık Düzeyine Etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(56), 273–283.
- Mikulincer, M., Hirschberger, G., Nachmias, O., & Gillath O. (2002). The Affective Component of The Secure Base Schema: Affective Priming with Representations of Attachment Security. *Journey of Personality and Social Psychology*, 81(2), 305-321.
- Mikulincer, M., & Shaver, P.R. (2003). The Attachment Behavioral System in Adulthood: Activation, Psychodynamics and İnterpersonal Processes. In M.P. Zanna (Eds.), *Advancer in experimantal social psychology* (pp. 53-152). New York, NY: Academic Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment Security, Compassion, and Altruism. *Current Directions in Psychological Science*, 14(1), 34-38.
- Mohamadirizi, S., & Kordi, M. (2016). The Relationship Between Multi-Dimensional Self-Compassion And Fetal-Maternal Attachment in Prenatal Period in Referred Women to Mashhad Health Center. *J Edu Health Promot.*, 5, 21.
- Moreira, H., Carona, C., Silva, N., Nunes, J., & Canavarro, M. C. (2016). Exploring the Link Between Maternal Attachment-Related Anxiety and Avoidance and Mindful Parenting: The Mediating Role of Self-Compassion. *Psychology & Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 89(4), 369-384.
- Neff, K.D. (2003a). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-102.

- Neff, K.D. (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250. <http://self-compassion.org/wp-content/uploads/publications/empirical.article.pdf>.
- Neff, K.D., & Beretvas, S.N. (2013). The Role of Self-Compassion in Romantic Relationships. *Self and Identity*, 12(1), 78-98.
- Neff, K.D., Kirkpatrick, K.L., & Rude, S.S. (2005b). Accepting the Human Condition: Self-Compassion and its Link to Adaptive Psychological Functioning. *Manuscript submitted for publication*, 1-43.
- Neff, K.D., Kirkpatrick, K.L., & Rude, S.S. (2007). Self-Compassion and Adaptive Psychological Functioning. *Journal of Research in Personality*, 41, 139-154.
- Neff, K.D., & McGehee, P. (2010). Self-Compassion and Psychological Resilience among Adolescents and Young Adults. *Self and Identity*, 9, 225–240.
- Oral Seyhan, M. (2016). *Travmatik Yaşam Olayları ve Cinsel İşlevler: Öz-Duyarlık ve Çift Uyumunun Rolü*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Öcal, D., Kürklü, S., ve Tekin, K. (2015). Bir Eğitim ve Araştırma Hastanesi Cerrahi Kliniklerde Çalışan Hemşirelerin Stres ve Motivasyon Düzeylerinin Belirlenmesi. *Sağlık Akademisyenleri Dergisi*, 2(3), 147–154. <http://www.scopemed.org/fulltextpdf.php?mno=214526>.
- Özer, G. (2009). *Öz-Belirleme Kuramı Çerçevesinde İhtiyaç Doyumu, İçsel Güdülenme ve Bağlanma Stilllerinin Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluşlarına Etkileri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özer, S. (2016, 16 Ocak). Aşk Evlilik ve Bağlanma. <https://www.doktorsitesi.com/article/ask-evlilik-ve-baglanma>.

- Özpulat, F., ve Günaydın, N. (2018). Hemşirelik Öğrencilerinin Öz Duyarlılıkları ve Hemşirelik Mesleğine İlişkin Düşünceleri. *Uluslararası Hakemli Hemşirelik Araştırmaları Dergisi*, 12, 40-60.
- Özyeşil, Z. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayış Düzeylerinin Bilinçli Farkındalık Kişilik Özellikleri Ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Park, B., Shin, N., Yun, K., Kim, M., Kim, S., & Yoon, S. (2017). The Relationships among Mothers' Childhood Attachment to Parents, Marital Satisfaction, and Psychological Well-Being. *Korean J Child Stud*, 38(5), 67–80.
- Pepping, C.A., Davis, P.J., O'Donovan, A., & Pal, J. (2015). Individual Differences in Self-Compassion: The Role of Attachment and Experiences of Parenting in Childhood. *Self and Identity*, 14(1), 104–117.
- Prosen, S., & Vitulic, S.H., (2012). Attachment Style in University Students and its Importance for their Professional Work. *Eğitim ve Gelecek Dergisi*, 2(1), 1-14.
- Raque-Bogdan, T.L., Ericson, S.K., Jackson, J., Martin, H.M., & Bryan, N. A. (2011). Attachment and Mental and Physical Health: Self-Compassion and Mattering as Mediators. *Journal of Counseling Psychology*, 52(2), 272-278.
- Raykov, T., & Marcoulides, G.A. (2008). *An Introduction to Applied Multivariate Analysis (First Edition)*. NY: Taylor & Francis Group.
- Rosen, M. M. (2013). *Relationship Between Insecure Attachment, Mediators and Depression*. Doctoral Dissertation, Canterbury Christ Church University, United Kingdom.
- Rubin, T.I. (1975). *Compassion and Self-Hate: An Alternative to Despair*. New York: D. McKay.
- Sadioğlu, Ö., ve Onur Sezer, G. (2016). KPSS'ye Girecek Sınıf Öğretmeni Adaylarının Sınav Kaygıları ile Öz Duyarlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Cinsiyet ve KPSS'ye

Hazırlanma Durumlarına Göre İncelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(22), 223–244.

Salazar, L.R. (2015). Exploring The Relationship Between Compassion, Closeness, Trust, and Social Support in Same-Sex Relationships. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 15-29.

Salzberg, S. (1997). Developing The Compassionate Heart. In *Lovingkindness: The Revolutionary Art of Happiness* (ss.102-115). Boston: Shambhala.

Sarı, C. (2010). *Ergenlerin Psikolojik Belirti Düzeyleri ve Uyumlarını Yordayan Bazı Değişkenler*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Saymaz, İ. (2003). *Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İlişkileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Seimyr, L., Sjögren, B., Welles-Nyström, B., & Nissen, E. (2009). Antenatal Maternal Depressive Mood and Parental-Fetal Attachment at the End of Pregnancy. *Arch Womens Ment Health*, 12, 269-279.

Soyer, U. (2010). *Özel Eğitim Öğretmen Adaylarının Öz Duyarlık ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Sroufe LA, Egeland B, Carlson EA, Collins, WA. (2005). *The Development of the Person. The Minnesota Study of Risk and Adaptation from Birth to Adulthood*. New York: Guilford Press.

Sümer, A.S. (2008). *Farklı Öz-Anlayış (Self Compassion) Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Anksiyete ve Stresin Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Sümer, N., & Harma, M. (2015). Parental Attachment Anxiety and Avoidance Predicting Child's Anxiety and Academic Efficacy in Middle Childhood. *Psychological Topics*, 24(1),113–134.
- Şeleci, Z. (2014). *Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri ile Boyun Eğici Davranışlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tanaka, M., Wekerle, C., Schmuck, M. L., & Paglia-Boak, M. (2011). The Linkages among Childhood Maltreatment, Adolescent Mental Health, and Self-Compassion in Child Welfare Adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 35(10), 887-898.
- Tatlıoğlu, K. (2010). *Farklı Öz-Anlayış Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin Değerlendirilmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Tel, F.D., ve Sarı, T. (2016). Üniversite Öğrencilerinde Öz Duyarlık ve Yaşam Doyumu. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi/Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 292–304. <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/aibuefd/article/view/5000182922>.
- Terzi, Ş., ve Cihangir Çankaya, Z. (2009). Bağlanma Stillерinin Öznel İyi Olmayı ve Stesle Başa Çıkma Tutumlarını Yordama Gücü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 1–11.
- Thompson, R.A. (1999). Early Attachment and Later Development. In J. Cassidy and P.R. Shaver (eds.). *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. New York: Guilford.
- Thompson, R.A. (2000). The Legacy of Early Attachments. *Child Development*, 71, 1.
- Tinke, S.J., & Bartholomew, K., (1997). Hierarchies of Attachment Relationships in Young Adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14(5), 603-625.
- Turner, P. (1991). Relations between Attachment, Gender, and Behavior with Peers in Preschool. *Child Development*, 62, 1475-1488.

- Üstün, A., Duran, A., Altınsoy, H.B., ve Saral, D.G. (2014). Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerin 4+4+4 Eğitim Sistemine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 251–262.
- Wei, M., Liao, K.Y., Ku, T., & Shaffer, P.A. (2011). Attachment, Self-Compassion, Empathy, and Subjective Well-Being among College Students and Community Adults. *Journal of Personality*, 79(1), 191-221.
- Weinfield, N.S., Sroufe, L.A., Egeland, B., & Carlson, E. (2008). Individual Differences in Infant-Caregiver Attachment: Conceptual and Empirical Aspects of Security. In J. Cassidy, & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 2nd ed. (pp. 78–101). New York: Guilford.
- van Ijzendoorn, M.H., Sagi, A., & Lambermon, M.W.E. (1992). The Multiple Caregiver Paradox: Data from Holland and Israel. In R. C. Pianta (Ed.), *Beyond the Parent: The Role of Other Adults in Children's Lives* (pp. 5–24). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Yağcı, İ. (2017). *Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri ile Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkide Aleksitiminin Aracı Rolü*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yang, Y., Zhang, M. & Kou, Y. (2016). Self-Compassion and Life Satisfaction: The Mediating Role of Hope. *Personality and Individual Differences*, 98, 91-95.
- Yazıcıoğlu, G. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Arasındaki İlişki: ODTÜ Örneği*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yılmaz, M.T. (2009). *Üniversite Öğrencilerinin Öz-Anlayışları (Self-Compassion) ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yorgancı, A.E., ve Bozgeyikli, H. (2016). Sınıf Öğretmenlerinin Kişilerarası Öz Yeterlilik Algılarıyla Örgütsel Güven Algılarının İncelenmesi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 47–79.

EKLER

Ek-1 Kişisel Bilgi Formu

Sevgili arkadaşlar,

Bu anket; yüksek lisans tez konusu için gerekli olan bilimsel verilerin toplanması amacıyla yapılmaktadır. Vereceğiniz bilgiler yalnızca bilimsel araştırma amacıyla kullanılacağından adınızı yazmanıza gerek yoktur. Araştırmanın kesin ve doğru sonuçlar verebilmesi için lütfen ölçek maddelerine içten ve dürüst yanıtlar veriniz.

Ayşe ÇİL KARA

Öğrenim gördüğünüz fakülte

()Hukuk ()Eğitim ()Fen Edebiyat

Yaşınız:

Kaçıncı Sınıftasınız :.....

Bölümünüz :.....

Cinsiyetiniz?

()Kadın ()Erkek

Bebeklikte (0-2 Yaş) bakımını üstlenen kişi(ler) kimdir?

()Sadece Anne ()Anne Baba birlikte ()Yakın Akraba
()Bakıcı ()Kreş ()Diğer

Anneniz çalışıyor mu?

()Çalışıyor ()Çalışmıyor

Annenizin ve babanızın eğitim durumu nedir?

| | Baba | Anne |
|-------------------------------|------|------|
| Okur-Yazar Değil | () | () |
| Okur-Yazar | () | () |
| İlkokul Mezunu | () | () |
| Ortaokul Mezunu | () | () |
| Lise Mezunu | () | () |
| Yüksek okul/Üniversite Mezunu | () | () |

Ailenizin Sosyo Ekonomik Düzeyi Nedir?

()Çok yüksek-Yüksek ()Orta-Ortaca ()Düşük-Çok düşük

Ek-2 Ebeveyn Bağlanma Anketi (EBA)

Bu anketten elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirmeniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Asla, (2) Çok Nadir, (3) Ara Sıra, (4) Bazen, (6) Neredeyse Daima ve (7) Daima anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle BOŞ bırakmayınız. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarımız için teşekkür ederim.

| EBEVEYN BAĞLANMA ANKETİ | | Asla | Çok Nadir | Ara Sıra | Bazen | Sık Sık | Neredeyse Daima | Daima |
|-------------------------|--|------|-----------|----------|-------|---------|-----------------|-------|
| Anne Formu | | | | | | | | |
| 1. | Annem duygularıma saygı gösterir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. | Annem başka biri olsun isterdim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. | Annem beni olduğum gibi kabul eder. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. | Sorunlarım hakkında annemle konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. | Evde kolayca keyfim kaçar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. | Annemin kendi problemleri olduğundan, onu bir de kendiminkilerle sızmak istemem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. | Kim olduğumu daha iyi anlamamda annem bana yol gösterir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. | Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu anneme anlatırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. | Anneme kızgınlık duyuyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. | Annemden pek ilgi görmüyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. | Kızgın olduğumda annem anlayışlı olmaya çalışır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. | Annem bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Baba Formu | | | | | | | | |
| 1. | Babam duygularıma saygı gösterir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 2. | Babam başka biri olsun isterdim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 3. | Babam beni olduğum gibi kabul eder. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 4. | Sorunlarım hakkında babamla konuştuğumda kendimden utanırım ya da kendimi kötü hissederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 5. | Evde kolayca keyfim kaçar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 6. | Babamın kendi problemleri olduğundan, onu bir de kendiminkilerle sızmak istemem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 7. | Kim olduğumu daha iyi anlamamda babam bana yol gösterir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8. | Bir sorunum olduğunda ya da başım sıkıştığında bunu babama anlatırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 9. | Babama kızgınlık duyuyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 10. | Babamdan pek ilgi görmüyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 11. | Kızgın olduğumda babam anlayışlı olmaya çalışır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 12. | Babam bir şeyin beni rahatsız ettiğini hissederse, bana nedenini sorar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

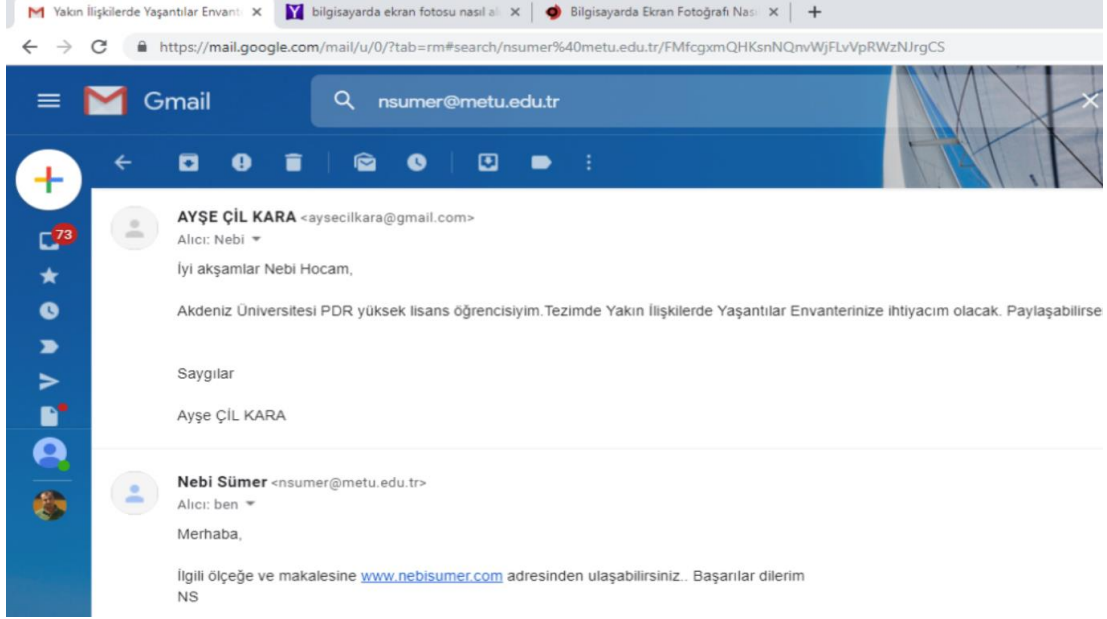
Ek-3 Öz Duyarlık Ölçeği

Bu anketten elde edilen sonuçlar bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Sizden istenilen bu ifadeleri okuduktan sonra kendinizi değerlendirmeniz ve sizin için en uygun seçeneğin karşısına çarpı (X) işareti koymanızdır. Her sorunun karşısında bulunan; (1) Hiçbir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir. Lütfen **her ifadeye** mutlaka **TEK yanıt** veriniz ve kesinlikle **BOŞ bırakmayınız**. En uygun yanıtları vereceğinizi ümit eder katkılarınız için teşekkür ederim.

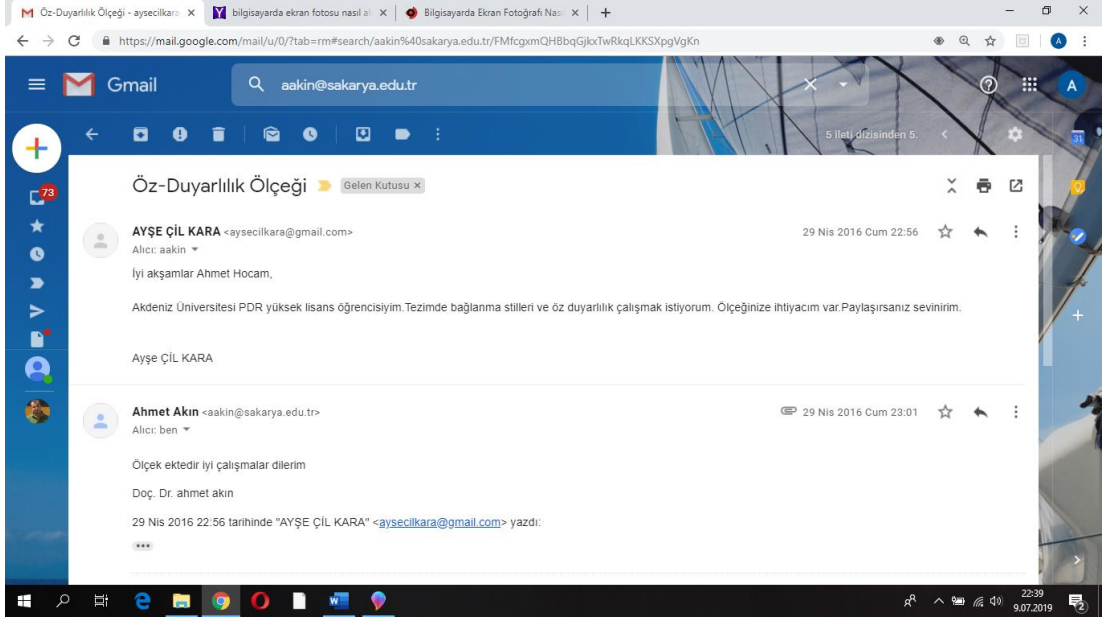
| | İfadeler | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 | Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkta yalnız hissederim. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | Zor zamanlarımda ihtiyaç duyduğum özen ve şefkati kendime gösteririm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 | Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 | Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 | Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 | Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 | Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benzer duygular yaşadığını hatırlamaya çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 | Acı veren olaylar yaşadığımda kendime kibar davranırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 | Sıkıntı çektiğim durumlarda kendime karşı biraz acımasız olabilirim. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | Sıkıntı veren bir olay olduğunda olayı mantıksız biçimde abartırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| | İfadeler | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|----|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 17 | Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 | Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 | Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır takınırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21 | Duygusal anlamda acı çektiğim durumlarda kendime sevgiyle yaklaşırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | Benim için bir şeyler kötüye gittiğinde, bu durumun herkesin yaşayabileceğini ve yaşamın bir parçası olduğunu düşünürüm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik duygularıyla kendimi harap ederim. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25 | Zor durumlarla mücadele ettiğimde, diğer insanların daha rahat bir durumda olduklarını düşünürüm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 26 | Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Ek-4 Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Anketi İzni



Ek-5 Öz Duyarlık Ölçeği İzni



Ek-6 Üniversite İzin Yazıları

Evrak Tarih ve Sayısı: 02/12/2016-E.133445



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü



Sayı : 36380087-302.08.01-E.133445
Konu : Ayşe Çil KARA

02/12/2016

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

İlgi : a) 25/10/2016 tarihli ve 23884945-302.08.01-116889 sayılı yazı,
b) 26/10/2016 tarihli ve 87226934-929-117658 sayılı yazı,
c) 04/11/2016 tarihli ve 28242786-302.08.01-121751 sayılı yazı,

İlgi yazılar gereği, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı Prof. Dr. Demet EROL danışmanlığındaki 20145410008 numaralı öğrencisi Ayşe Çil KARA' nın "Üniversite Öğrencilerin Bağlanma Stilleri ve Özduyarlılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli tez çalışması kapsamında Edebiyat Fakültesi, Güzel Sanatlar Fakültesi ve Hukuk Fakültesinde öğrenim görmekte olan öğrencilere uygulama yapabilmesinin uygun görüldüğüne ilişkin Fakültelerimiz Dekanlığının ilgi sayılı yazıları ilişikte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-İmzalıdır

Doç.Dr. Mehmet CANBULAT
Müdür

Adres: Akdeniz Üniversitesi Enstitüler Binası A Blok 3. Kat ANTALYA
Telefon: 0 242 227 00 85 Faks: 0 242 226 19 30
e-Posta: ebe@akdeniz.edu.tr Elektronik Ağ: http://ebe.akdeniz.edu.tr

Bilgi için: Cansu PARLAK
Unvanı: Sözleşmeli Personel

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Edebiyat Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 23884945-302.08.01
Konu : Ayşe Çil KARA

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 24/10/2016 tarihli ve 116054 sayılı yazı,

İlgi yazıya istinaden; Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı Prof. Dr. Demet Erol ÖNGEN danışmanlığındaki 20145410008 numaralı Ayşe Çil KARA' nın "Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Özduyarlılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli tez konusu kapsamında Fakültemizde öğrenim görmekte olan öğrencilere ilgi yazıdaki ölçekleri uygulayabilmesi talebi Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-imzalıdır
Prof.Dr. Yıldray ÖZBEK
Dekan V.



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Güzel Sanatlar Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 28242786-302.08.01
Konu : Ayşe Çil KARA

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 24/10/2016 tarihli ve 116054 sayılı yazı,

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı Prof. Dr. Demet Erol ÖNGEN danışmanlığındaki 20145410008 numaralı Ayşe Çil KARA' nın "Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Özduyarlılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli tez konusu kapsamında Fakültemiz öğrencilerine uygulanması Dekanlığımız tarafından uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-İmzalıdır
Prof.Dr. Mustafa ÜNAL
Dekan V.



T.C.
AKDENİZ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Hukuk Fakültesi Dekanlığı

Sayı : 87226934-929
Konu : Ayşe Çil KARA

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi : 24/10/2016 tarihli ve 116054 sayılı yazı,

Enstitünüz Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Ayşe Çil KARA'nın, "Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Özduyarlılık Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli tez konusu kapsamında Fakültemizde öğrenim görmekte olan öğrencilere ilgi yazınız ekindeki ölçekleri uygulaması Dekanlığımızca uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi rica ederim.

e-İmzalıdır
Prof.Dr. Mehmet ALTUNKAYA
Dekan V.

Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma ile öz-duyarlık arasındaki ilişkinin incelenmesi

ORIJINALLIK RAPORU

%**24**

BENZERLİK ENDEKSİ

%**22**

İNTERNET
KAYNAKLARI

%**10**

YAYINLAR

%

ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

- | | | |
|---|--|------------|
| 1 | www.tunahancetin.com İnternet Kaynağı | % 4 |
| 2 | www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı | % 3 |
| 3 | acikerisim.deu.edu.tr İnternet Kaynağı | % 1 |
| 4 | dergipark.org.tr İnternet Kaynağı | % 1 |
| 5 | acikerisim.selcuk.edu.tr:8080 İnternet Kaynağı | % 1 |
| 6 | acikarsiv.ankara.edu.tr İnternet Kaynağı | % 1 |
| 7 | dergipark.gov.tr İnternet Kaynağı | % 1 |
| 8 | www.scribd.com İnternet Kaynağı | % 1 |

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Ayşe ÇİL KARA
Doğum Yeri ve Tarihi : Almanya, 25.06.1986.

Eğitim Durumu

İlköğretim :1993-2001 Korkuteli Fatih İlköğretim Okulu /ANTALYA.
Lise : 2001-2005 Korkuteli Yabancı Dil Ağırlıklı Lisesi /ANTALYA.
Lisans Öğrenimi : 2005-2010 Yeditepe Üniversitesi/Eğitim Fakültesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık /İSTANBUL.
Yüksek Lisans Öğrenimi : Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı / ANTALYA
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce, Almanca.
Bilimsel Faaliyetleri :

İş Deneyimi

Çalıştığı Kurumlar :
2010-2011: Tohum Otizm Vakfı, Eğitimci / İSTANBUL
2011-2012: Özel Son Umut Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi, Rehber Öğretmen ve Psikolojik Danışman / ANTALYA
2012-2013: İstek Özel Antalya Yeditepe Koleji, Rehber Öğretmen ve Psikolojik Danışman / ANTALYA
2013-2014: 50.Yıl Chrysler İlkokulu, Rehber Öğretmen ve Psikolojik Danışman / KOCAELİ
2014 ve halen: Aksu Hacıhaliler Ortaokulu /ANTALYA

İletişim

E-Posta Adresi : aysecilkara@gmail.com

Tarih : 24.04.2018