



**ROMANTİK İLİŞKİLERDE BAĞLANMA YARALANMALARI ÖLÇEĞİNİN
GELİŞTİRİLMESİ**

SARE TERZİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

AĞUSTOS, 2014

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren 24 ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Sare

Soyadı : Terzi

Bölümü :Eğitim Bilimleri

İmza :

Teslim Tarihi: 11.08.2014

TEZİN:

Türkçe Adı: Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeğinin Geliştirilmesi

İngilizce Adı: Development of Attachment Injury Measurement in Romantic Relationship

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazar Adı Soyadı: Sare TERZİ

İmza:.....

Jüri onay sayfası

Sare TERZİ tarafından hazırlanan “Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeğinin Geliştirilmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği / oy çokluğu ile Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY

.....

(Anabilim Dalı, Üniversite Adı)

Başkan: Doç. Dr. Şerife Işık Terzi

.....

(Anabilim Dalı, Üniversite Adı)

Üye: Doç. Dr. Akif Sözer

.....

(Anabilim Dalı, Üniversite Adı)

Tez Savunma Tarihi: 11/08/2014

Bu tezin Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Servet Karabağ

Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü

.....

TEŞEKKÜR

Uzun, zahmetli ve pek çok kişinin katkıları ve yardımları ile geçen bir tez süreci geçirdim. En başından itibaren ismini sayamayacağım kadar çok kişinin katkısı oldu. Katkısı olan, emeği geçen herkese teşekkürlerimi sunuyorum.

Öncelikle yüksek lisans dönemim ve zorlu tez sürecim boyunca her zaman destek olan, yol gösteren, ufkumu açan, cesaretlendiren değerli hocam ve tez danışmanım Prof.Dr. Yaşar ÖZBAY’a sabırla ve ilgiyle yardımcı olduğu teşekkürlerimi sunuyorum. Aynı şekilde tezimin her aşamasında, tıkanıp her an her ihtiyaç duyduğumda yardımlarını ve desteklerini esirgemeyen çok değerli hocam Doç. Dr. Şerife IŞIK TERZİ’ye ve hem hocam hem iş arkadaşım çok kıymetli Yrd. Doç. Dr. Hasan EŞİCİ’ye sonsuz teşekkür ediyorum.

Oldukça uzun süren ve belki de benim için tez hazırlamanın en zorlayıcı aşaması olan veri toplama aşamasında gerek katılımcı olarak katkıda bulunan gerek katılımcılara ulaşmamda her türlü imkanları ile yardımlarını esirgemeyen bütün arkadaşlarım, meslektaşlarım, büyüklerim, hocalarım, öğrencilerim ve aileme sonsuz teşekkür ediyorum. Katkılarınız olmasaydı bu aşamaya gelemezdim. Verilerimin analizinde katkılarından dolayı Yrd. Doç. Dr. Emine ÖNEN hocama teşekkür ediyor ve saygılarımı sunuyorum.

Hem lisans eğitimimde hem de mezun olduktan sonraki zamanda her zaman bitmek bilmeyen sorularımı ve dertlerimi bitmek bilmeyen sabrı ile dinleyen ve her zaman bir hocam, bir meslektaşım olarak desteğini hissettiğim çok kıymetli hocam Dr. Temel KALAFAT’a tüm emeklerinden ve desteklerinden dolayı sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Son olarak hayatımın her aşamasında her zaman yanımda olan, sevgileriyle, ilgileriyle, maddi ve manevi her türlü destekleri ile hayatta sahip olduğum en değerli varlıklarım biricik annem Hülya TERZİ, canım babam Kamil TERZİ ve sevgili abim Burak TERZİ’ye hayatımda ve yanımda oldukları için sonsuz teşekkür ediyor, sevgi ve saygılarımı sunuyorum.

Sare TERZİ

ROMANTİK İLİŞKİLERDE BAĞLANMA YARALANMALARI ÖLÇEĞİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

SARE TERZİ

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMERİ ENSTİTÜSÜ

AĞUSTOS, 2014

ÖZ

Romantik ilişkiler yetişkinlik dönemi yakın ilişkilerinden biridir. Ayrıca, yetişkinlikte romantik bir ilişkinin kurulması ve sürdürülmesi gelişimsel bir görevdir.

Bağlanma ilişkisi bebeklerin birincil bakıcı ile kurdukları ve sürdürdükleri güven ve bakıma dayalı ilişkidir. Bağlanma ilişkisi yaşamın ilk yılında geliştirilir ve aktif olur. İlerleyen yıllarda bağlanma davranışının yoğunluğu, azalarak devam eder. Bağlanma, yaşam boyu devam eden bir davranış sistemidir. Bebeklikte bağlanma ilişkisinde birinci bağlanma figürü genellikle anne olurken; yetişkinlikte birincil bağlanma figürü çoğu zaman romantik ilişkideki eş olmaktadır.

Bağlanma yaralanmaları psikoloji, psikolojik danışma, aile ve çift danışması alanlarında yeni bir kavramdır. Yetişkin romantik ilişkilerinde, kritik ihtiyaç anlarında bağlanma figürünün ulaşılabilir ve cevap verebilir olduğuna dair güvensizlik yaşandığında ve bu güvensizlik travmatik olarak algılandığında, bağlanma yaralanması gerçekleşmektedir. Bağlanma yaralanmaları, çift terapilerinde sık sık karşılaşılan ve iyileştirilmediğinde tekrar tekrar ortaya çıkan bir durumdur.

Bu çalışmanın amacı; yeni bir kavram olan bağlanma yaralanmalarını ölçmeye yönelik bir ölçme aracı geliştirmek ve bağlanma yaralanmaları kavramına ilişkin yapıyı ortaya

koymaktır. Bu doğrultuda çalışma, ölçek geliştirme sürecine ilişkin adımlar izlenerek yürütülmüştür. Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği deneme formu en az bir yıllık evli 359 kişiye uygulanmıştır. Elde edilen veriler üzerinden yapılan analizler sonucunda sosyal bilimler ve davranış bilimleri açısından kabul edilebilir değerlerde, geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı elde edilmiştir. Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanması puanları, çeşitli değişken göz önüne alınarak incelenmiştir. Elde edilen bulgular ölçek geliştirme, yetişkin bağlanma teorisi ve bağlanma ile ilgili mevcut ölçme araçları bağlamında tartışılmıştır.

Bilim Kodu:

Anahtar Kelimeler: Romantik İlişkiler, Bağlanma, Bağlanma Yaralanmaları, Duygu Odaklı Terapi, İlişki Travmaları, Yetişkin Bağlanması, Ölçek Geliştirme, Evlilik Terapisi, Çift Terapisi, Yakın İlişkiler

Sayfa Adedi: 83 sayfa

Danışman: Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY

DEVELOPMENT OF ATTACHMENT INJURY MEASUREMENT IN ROMANTIC RELATIONSHIP

SARE TERZI

GAZI UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

AUGUST, 2014

ABSTRACT

A romantic relationship is one of the close relationships for adults. Also, establishing and progressing a romantic relationship for adults is a development task.

Attachment relationship is a relationship that babies establish and progress with their primary attachment figures based on safety and caring. Attachment relationship is developed and activated in the first year of the life. In the following years, intense of attachment behavior continues decreasingly. However, attachment is behavioral system that progress life span. While the primary figure in infancy is generally mother, the primary figure in adulthood is chiefly the romantic relationship partner.

Attachment injury is a new concept in psychology, psychological counseling, and family and couple counseling. In adult romantic relationships, an attachment injury occurs when the insecurity about attachment figure's responsibility and accesibility is experienced in critical need times and this insecurity is perceived as traumatic. Attachment injury is come up often at couple thearpies and it is repeatedly come up if not remedied.

In this research, to develop a measurement for evaluating attachment injury and to introduce the structure of attachment injury concept are aimed. The study in this direction is conducted by following the process to develop a measurement. The Attachment Injury Measurement In Romantic Relationships is applied to 359 people who are married for at least one year. In concequence of the analysis on the findings, a valid and reliable instrument is obtained in terms of social and behavioral sciences. The Attachment Injury Measurment scores in romatic relationships are examined by taking various variables into consideration.

Findings are discussed in the context of measurement development, adulthood and attachment measurements.

Science Code:

Key Words: Romantic Relationships, Attachment, Attachment Injuries, Emotionally Focused Therapy, Relationship Traumas, Adulthood Attachment, Measurement Development, Marital Therapy, Couple Therapy, Close Relationships

Page Number: 83 Pages

Supervisor: Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY

İÇİNDEKİLER

TELİF HAKKI VE TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU.....	i
ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI.....	ii
Jüri onay sayfası.....	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
ÖZ.....	v
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xiii
SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiv
BÖLÜM I	1
GİRİŞ.....	1
Problem Durumu.....	1
Araştırmanın Amacı.....	4
Araştırmanın Önemi.....	4
Varsayımlar.....	5
Sınırlılıklar.....	5
Tanımlar.....	5
BÖLÜM II.....	7
KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	7
Bağlanma Teorisi.....	7

İçsel Çalışan Modeller.....	10
Bağlanma Stilleri.....	11
Yetişkin Bağlanması.....	12
Yetişkin Bağlanma Stilleri.....	15
Yetişkin Bağlanması ile İlgili Araştırmalar.....	17
Bağlanma Yaralanmaları.....	27
Bağlanma Yaralanmaları ile İlgili Araştırmalar.....	29
BÖLÜM III.....	35
YÖNTEM.....	35
Araştırmanın Modeli.....	35
Ölçek Geliştirme Süreci.....	35
Araştırma Grubu.....	38
Ölçme Araçları.....	38
BÖLÜM IV.....	41
BULGULAR VE YORUM.....	41
Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği'nin Açıklayıcı Faktör ..	41
Analizler Doğrultusunda Kabul Edilecek Yapıya Karar Verilmesi	48
RİBYÖ'nin Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayılarına İlişkin Bulgular.....	48
RİBYÖ'nün Ölçüt Geçerliğine İlişkin Bulgular.....	49
RİBYÖ ile İÖA Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular.....	49
RİBYÖ Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi.....	50
RİBYÖ Puanlarının Evlilik Türüne Göre Karşılaştırılması.....	51
RİBYÖ Puanları ile Evlilik Süresi Arasındaki İlişkiler.....	51
BÖLÜM V.....	53
TARTIŞMA.....	53

RİBYÖ'nin Geçerliğine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	53
RİBYÖ'nin Güvenilirliğine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	55
RİBYÖ Faktör1, Faktör2 ve Toplam Puanlarının Demografik Değişkenler Açısından Tartışılması.....	55
RİBYÖ'nin Geliştirilme Sürecine İlişkin Olarak Tartışma.....	56
BÖLÜM VI.....	57
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	57
Sonuçlar.....	57
Öneriler.....	58
KAYNAKLAR.....	59
EKLER.....	65
Ek 1. Görüşme Formu.....	65
Ek 2. Kişisel Bilgi Formu.....	68
Ek 3. Bağlanma Yaralanması Olay Listesi.....	69
Ek 4. Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği.....	72
Ek 5. İlişki Ölçekleri Anketi.....	77
Ek 6: İkili İlişkiler Güven Ölçeği.....	79

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırma Grubuna İlişkin Betimsel İstatistikler

Tablo 2. KMO ve Barlett Testi Sonuçları

Tablo 3. Yapılan İlk AFA Sonucunda Elde Edilen Saçılım Grafiği

Tablo 4. Yapılan İlk AFA Sonucunda Elde Edilen Madde Faktör Yükleri

Tablo 5. Tek Faktörlü Olarak Elde Edilen Yapıya İlişkin Bulgular

Tablo 6. RİBYÖ'nün Saçılım Grafiği

Tablo 7. İki Faktörlü Olarak Elde Edilen Yapıya İlişkin AFA Sonuçları

Tablo 8. RİBYÖ'nün Faktörler Arası Korelasyon Tablosu

Tablo 9. İki Faktör ve Ölçeğin Tamamına İlişkin Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayıları

Tablo 10. RİBYÖ, İÖA ve İİGÖ Puanlarına İlişkin Pearson's Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları

Tablo 11. RİBYÖ Faktör1, Faktör2 Ve Toplam Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırmasına İlişkin T-Testi Sonuçları

Tablo 12. RİBYÖ Faktör1, Faktör2 Ve Toplam Puanlarının Evlilik Türüne Göre Karşılaştırmasına İlişkin Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

Tablo 13. RİBYÖ Alt Faktör Puanları Ve Toplam Puanları İle Evlilik Süresi Arasındaki Pearsons Momentler Çarpımı Katsayıları

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Tez Kapsamında İzlenen Ölçek Geliştirme Sürecine İlişkin Şekil

SİMGELER VE KISALTMALAR LİSTESİ

BYO	Bağlanma Yaralanmaları Olay Listesi
RİBYÖ	Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği
İÖA	İlişki Ölçekleri Anketi
İİGÖ	İkili İlişkiler Güven Ölçeği
KMO	Keiser – Mayer Olkin
AFA	Açımlayıcı Faktör Analizi

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde çalışmaya konu olan problem durumu, araştırmanın amacı, önemi, varsayımları, sınırlılıkları ve çalışma kapsamında yer alan temel kavramlara ait tanımlara yer verilmiştir.

Problem Durumu

Romantik ilişkiler, hemen her dönemde, her alandan kişilerin dikkatini çeken konulardan biri olmuştur. Yakın ilişkiler çatısı altında ele alınan romantik ilişkiler ya da aşk ilişkileri; yakınlık, tutku ve kişinin kendi özgür iradesiyle katılmaya karar vermesi bileşenlerinden oluşmaktadır (Sternberg, 1986). Çoğunlukla romantik ilişki denildiğinde akla sadece aşk gelirken, bu kavram bağlanma, ait olma, destek gibi öğeleri de içermektedir. Romantik ilişkiler, sağlıklı ve işlevsel olduğu takdirde, fiziksel ve duygusal iyilik haline katkıda bulunur (Kalkan ve Yalçın, 2012). Günümüzde, yetişkin romantik ilişkilerinin en dikkat çeken teorilerinden biri, bağlanma teorisidir.

Bağlanma; bireyin, önemli başkalarına yönelik olarak güçlü bağlar geliştirme sürecidir ve bu süreç yaşam boyu devam eder. Bağlanma kuramı, bu bağları oluşturma eğiliminin kavramsallaştırılmasında önemli bir çatı ortaya koymuştur (Bowlby, 1980). Kuram; etiyoloji, psikodinamik ve nesne ilişkileri gibi yaklaşımlardan yararlanılarak temellendirilmiştir (Bretherton, 1992). Bowlby (1973, 1980, 1982), kuramını oluşturmaya birincil bağlanma figüründen ayrılan bebekleri çeşitli zamanlarda gözlemleyerek başlamıştır. Bebekler, bu ayrılığa birtakım duygusal tepkiler vermişlerdir. Bağlanma, bebeğin birincil bağlanma figürüne yakın olmasını ve böylelikle güven içinde olmasını ve tehlikelerden korunmasını sağlar (Bowlby, 1973). Ainsworth ve Bowlby (1991) bağlanmayı, bir bireyin hayatındaki önemli kişilerle, özellikle strese yol açan durumlar söz konusu iken, yakınlık araması ve sürdürmesi ile açıklanan duygusal bağ olarak ifade etmişlerdir. Bowlby'ye (1973) göre, bebeklerin birincil bakıcı ile yakınlık kurma eğilimleri

söz konusudur ve güven duygusu geliştirmelerini sağlayan önemli bir faktör, birincil bağlanma figürü ile ilişkilerinin niteliğidir. Kurulan bu yakınlığın korunması, bu bağlamda, bebek için en temel hedeftir.

Bağlanma sürecinde genellikle bağlanma figürü, erken yaşlarda birincil bakıcılarken, yetişkinliğe gelindiğinde bağlanma figürü çoğu zaman romantik ilişkilerdeki eşler olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Hazan ve Shaver (1987), yetişkinlikteki yakın ilişkilerin, Bowlby'nin (1973, 1980, 1982) bağlanma kuramına dayalı olarak açıklanabileceği düşüncesini ortaya atmışlardır. Onlara göre, yetişkinlikteki romantik ilişki, tıpkı çocuklukta birincil bakıcılarla olduğu gibi, eşe karşı geliştirilen bir bağdır. Yetişkin bağlanması geliştirilirken, çocukluk yaşantılarının etkisinin yanı sıra, romantik ilişkinin kendisi de bağlanmanın oluştuğu bir süreçtir. Çocukluk bağlanma stillerinin (güvenli, kaçınan, kaygılı/kararsız) kullanıldığı bu çalışma, yetişkin bağlanması ile ilgili yapılan ilk uygulamadır.

Çocukluk bağlanması ile yetişkin bağlanması arasında farklı ve ortak yönler bulunmaktadır. Shaver, Hazan ve Bradshaw (1988)'a göre, çocukluk bağlanması tek yönlü iken, yetişkin bağlanması karşılıklıdır ve yetişkin bağlanması, bakım ve cinsellik bakımından da çocukluk bağlanmasından ayrılır. Hazan ve Shaver (1987)'e göre ayrıca, yetişkin bağlanmasında bağlanma figürünün akran, cinsel/romantik eş olması da farklı bir yöndür. Ortak yönler ise; bireyin stres var olduğunda bağlanma figürüne yakın olmayı istemesi, bağlanma figürü ile birlikte güven ve huzur arayışı ve son olarak ayrılıkların protesto edilmesi olarak belirlenmiştir.

Çiftlerin çoğu, ilişkileri boyunca duygusal strese yol açabilecek yaşam olayları ya da durumları deneyimleyebilirler. Ancak bu olay ya da durumlar bağlanma ile ilişkili olduğunda, “bağlanma yaralanmalarına” işaret eder (Johnson, 1996). Bu kavramın çerçevesi, bağlanma teorisi ve bu teorinin bir travma teorisi olarak anlaşılması ile gelişmiştir (Johnson, 1996).

Bağlanma yaralanmaları; evlilik ve aile terapisi, danışma ve psikoloji literatürlerinde yeni geliştirilmiş bir kavramdır. Kavram; çocukluk ve yetişkin bağlanması, “Duygu Odaklı Çift Terapisi” ve klinik deneyimlere dayalı uzman tavsiyelerinden ortaya çıkmıştır (Johnson, 1998, Akt. Millikin, 2000).

Bağlanma yaralanmaları, bir eşin diğer eşe “bağlanmanın doğasına zarar veren” bir şey söylemesi ya da yapması ile oluşur (Johnson, 1996). Zarar verici olay, evlilik dışı ilişki

kadar büyük ve açık ya da bir aile fotoğrafının dışında kalmak kadar küçük görünen bir şey olabilir (Johnson, 1998'den akt. Millikin, 2000).

Millikin'e (2000) göre, bağlanma yaralanmasının görünen olayının, bağlanma bozulmasının nedeni olması şart değildir. Bazı eşlerde zaten uzun zamandır bağlanma bozulmuştur ve olay, güvensiz bağlanma durumunun sembolik bir işareti olarak hizmet eder. Bazılarında ise güvenli bağlanma devam etmektedir ve olay, ilişki yıpranmasının başlangıcını ifade eder (Millikin, 2000).

Johnson (1996) bağlanma yaralanmalarını; "bağlanma ihaneti" ya da "suçu", yani, bağlanmanın doğasına zarar veren ve şu andaki ilişkiyi aktif olarak etkileyen travmatik olaylar olarak tanımlar.

Bağlanma yaralanması yaşayan kişiler terapiye gidebilir ve iyi yapılandırılmış bir değerlendirme aşamasında olaya attettikleri anlama ilişkin olarak danışmanlarıyla konuşabilirler (Johnson, 1996). Bazı danışanlar, olayı travmatik flaşbekler gibi ifade ederken, diğerleri bağlanmanın bozulmasının bir sembolü gibi ifade edebilirler (Johnson, 1998).

Literatürde yetişkin yaşamında romantik ilişkilerin önemi ve romantik ilişkilerde de bağlanmanın rolü vurgulanmaktadır. Bağlanma yaralanmaları, yetişkin romantik ilişkilerinde eşe bağlanmayı tehdit eden bir kavramdır. Bağlanma yaralanmaları, kritik ihtiyaç anlarında ihanet ve terk etme ile şekillenen, insan iletişiminin ihlali gibi algılanabilir. Bu ihlaller, bağlanmada güvensizlik oluşturabilir ya da var olan güvensizliği alevlendirebilir. Bu olaylar yaralanan eşler için travmatik olarak düşünülebilir. Aşırı korku ve çaresizliğe neden olur ve eğer bu sorun çözülmezse eşler arasındaki güveni ve yakınlığı bir hayli sınırlandırır (Johnson, 1996)

Bağlanma yaralanmaları, çift ve evlilik danışmalarında, romantik ilişkilerde bağlanma ile ilgili sorunlar olarak karşılaşılabilecek bir kavramdır. Eşe bağlanma yetişkin romantik ilişkilerinin önemli bir değişkenidir. Bağlanmada meydana gelen bozulmalar da ilişkileri ve eşleri etkilemektedir. Çift terapileri, romantik ilişkiler ve bağlanma literatüründe yeni bir kavram olduğu için, literatür bakımından boşluklar bulunmaktadır.

Türk kültüründe bağlanma yaralanmaları ile ilgili çalışmalar bulunmamaktadır. Bağlanma yaralanmalarına müdahale edebilmek için, öncelikle tespit edilmesi ve tanılanması gerekmektedir. Bağlanma yaralanmaları kavramının kuramsal yapısının ortaya konulması ve bağlanma yaralanmaları kavramının ölçülmesine yönelik bir ölçme aracı

geliştirilmesi gerekli görülmüştür. Bu doğrultuda bu araştırmanın problemi bağlanma yaralanmalarını ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirilmesidir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; çift terapileri ve romantik ilişkiler, psikolojik danışma ve psikoloji literatüründe yeni bir kavram olan bağlanma yaralanmalarının kavramsal yapısını ortaya koymak ve bağlanma yaralanmaları kavramının ölçülmesine yönelik bir ölçme aracı geliştirmektir. Bu genel amaç doğrultusunda, şu hipotezler test edilmiştir:

1. Bağlanma yaralanmaları ölçeği geçerlidir.
2. Bağlanma yaralanmaları ölçeği güvenilirirdir.

Araştırmanın Önemi

Yetişkinliğe geçişin önemli ölçütlerinden biri yakın ilişkilerin kurulup sürdürülmesidir. Erikson'un psikososyal gelişim kuramına göre de, ergenlikten sonraki yaşları kapsayan ve yetişkinlik dönemine denk gelen, 20–40 yaşlar arası dönemde aşılması gereken gelişimsel kriz, “yakın ilişkiye karşı çekingenlik” olarak adlandırılmaktadır. Burada sözü geçen yakın ilişkilerin bir boyutunu romantik ilişkiler oluşturmaktadır (Ergene, 2012). Romantik ilişkiler de, yetişkinlik döneminde kurulan önemli yakın ilişkilerdendir. Yetişkinlikteki romantik ilişkilerin sağlıklı ve işlevsel olması, bireyin iyilik halini önemli ölçüde etkilemektedir. Bu doğrultuda yakın ilişkilerde yaşanan sorunlar da, bireylerin yaşamlarında işlevselliği bozan önemli nedenler arasında yer almaktadır. Bağlanma yaralanmaları, yetişkin romantik ilişkilerinde karşılaşılan özel bir problemdir. Çift terapileri ve bağlanma literatüründe yeni bir kavram olan ve yetişkin romantik ilişkilerinde eşe bağlanmayı tehdit eden bir unsur olarak ortaya çıkan bağlanma yaralanmaları kavramı, yetişkin romantik ilişkilerinde yaşanan sorunlara ilişkin yeni bir kavramsallaştırma sunması açısından önemlidir. Bağlanma yaralanmaları kavramının kavramsallaştırılması, yetişkin romantik ilişkilerinde yaşanan sorunların daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır.

Bağlanma yaralanmaları kavramına, daha önce Türkiye’de herhangi bir akademik çalışmada rastlanmamaktır. Yeni bir kavram olarak ortaya çıkması ve ilk kez çalışılması bakımından bu tez çalışması, bağlanma ve çift terapileri literatürlerine katkıda bulunulacaktır.

Bu tez çalışması kapsamında geliştirilen ölçek ile birlikte, çift ilişkilerinde yaşanan sorunlar arasında yer alan ve yeni kavramsallaştırılmış olan bağlanma yaralanmaları, tanımlanabilecektir. İlişkilerde yaşanan bağlanma yaralanmalarının düzeyi ve bu yaralanmaların bireyin ve ilişkinin sağlığını ne derece etkilediği belirlenebilecektir. Böylece bireylerin ilişkilerinde yaşadıkları sorunlara ve eşlerine bağlanmalarında deneyimledikleri yaralanmalarına ilişkin farkındalıkları artacaktır. Ayrıca, bağlanma yaralanmalarının tanımlanması ile birlikte, bağlanma ile ilgili yaşanan ilişki problemleri daha iyi anlaşılabilir ve müdahale açısından da yeni düzenleme ve çalışmalar yapılabilir.

Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği ile birlikte, yetişkin bağlanması alanında yeni bir ölçme aracı geliştirilmiştir. Böylece, çift terapileri ve bağlanma konularında yeni araştırma ve akademik çalışmalarda kullanılabilecek bir ölçme aracı, bu alanda yapılacak yeni çalışmalarda kullanılabilecektir. Yeni bir kavram olan bağlanma yaralanmaları kavramı ve ölçeği ile, çift terapileri alanında yeni araştırma zemini ortaya çıkacaktır. Türk kültüründe bağlanma yaralanmalarına yönelik çalışmalar yapılabilir.

Varsayımlar

Araştırmaya katılan bireyler ile hâlihazırda romantik ilişki yaşadıkları eşleri arasında bağlanma ilişkisi kurulduğu varsayılmaktadır.

Sınırlılıklar

Araştırma verileri, çalışmaya katılan en az bir yıldır evli ve psikolojik yardım almayan yaklaşık 359 kişiden elde edilen verilerle sınırlıdır.

Tanımlar

Romantik İlişki: Bireylerin karşı cinsten bir eş ile kurdukları sevgi, aşk, tutku, cinsellik gibi bileşenleri bulunan yakın ilişkilerin bir türüdür (Stenberg, 1986).

Bağlanma: Bireylerin birincil bağlanma figürleri ile – yetişkinlikte romantik eşler – aralarında güçlü bağlar geliştirme sürecidir (Bowlby, 1980).

Bağlanma yaralanması: Yetişkin romantik ilişkilerinde, bağlanmanın doğasına zarar veren ve var olan ilişkiyi aktif olarak etkileyen travmatik olaylardır (Johnson, 1996).

Duygu Odaklı Çift Terapisi: Çift ve aile terapileri için kullanılan kısa süreli yapılandırılmış bir yaklaşımdır. Duygu Odaklı Terapi, değiştirilebilir prosedürlere sahip

olan, özel müdahaleleri garanti etmiş ve müdahalelerin etkililiğinin test edilmiş olduğu birkaç aile terapi modelinden biridir (Johnson ve Greenberg, 1985).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde çalışmanın konusu kapsamında bağlanma teorisi, yetişkin bağlanması, bağlanma yaralanmaları ve duygu odaklı çift terapisi ile ilgili kavramsal bilgilere ve ilgili araştırmalara yer verilmiştir.

Bağlanma Teorisi

Bağlanma; bireyin, önemli başkalarına yönelik olarak güçlü bağlar geliştirme sürecidir (Bowlby, 1980). Ainsworth ve Bowlby (1991) bağlanmayı, bir bireyin hayatındaki önemli kişilerle, özellikle strese yol açan durumlar söz konusu iken, yakınlık araması ve sürdürmesi ile açıklanan duygusal bağ olarak ifade etmişlerdir. Bowlby'ye (1973) göre, bebeklerin birincil bakıcı ile yakınlık kurma eğilimleri söz konusudur ve güven duygusu geliştirmelerini sağlayan önemli bir faktör, birincil bağlanma figürü ile ilişkilerinin niteliğidir. Kurulan bu yakınlığın korunması bu bağlamda, bebek için temel hedeftir. Bağlanma kuramı, bu yakınlığı ve bağları oluşturma eğiliminin kuramsallaştırılmasında önemli bir çatı ortaya koymuştur. Kuram; etiyoloji, psikodinamik ve nesne ilişkileri gibi yaklaşımlardan yararlanılarak temellendirilmiştir. Bowlby, bağlanma kuramının temellerini oluşturup, kuramsal çatısının ortaya konulmasında daha etkinken; Ainsworth ise bu kuramsal çatının deneysel olarak test edilmesini sağlamış ve kuramın genişletilmesine birtakım katkılar sunmuştur (Bretherton, 1992).

Yaşamın en başından itibaren ortaya çıkan bağlanma davranışını açıklayan bağlanma teorisinin temel dayanağı, temel davranış sistemine, biyolojik kökenli ve bu yüzden de türe özgü olan bağlanma davranışsal sistemine odaklanmasıdır. Genetik yapı, kültürel etkiler ve bireysel deneyimin farklılıklara neden olmasına rağmen, bu, insan doğasında evrensel olan temel işleyiş süreçleridir (Ainsworth, 1989).

Ainworth'a (1989) göre, duygusal bağ, partnerin biricik ve bir başkası ile değiştirilemez olarak önemli olduğu nispeten uzun süre kalıcı bağıdır. Bir duygusal bağda, partner ile yakınlığı devam ettirme isteği vardır. Daha büyük çocuklarda ve yetişkinlerde, bu yakınlık, zamanla ve mesafe olduğunda ve yokluk boyunca artarak devam eder. Fakat en azından yakınlık ve etkileşimi yeniden kurmaya yönelik aralıklı istek ve yeniden birleşme sevinci vardır. Bağlanma, duygusal bir bağıdır. Bu yüzden bağlanılan başka kişilerin de olmasına rağmen, bağlanma figürü, asla tamamen bir başkası ile yer değiştirilemez ya da yeri doldurulamaz. Diğer duygusal bağlarda olduğu gibi, bağlanmalarda da; yakınlığı sürdürme ihtiyacı, açıklanamaz ayrılık üzerine stres, yeniden birleşme sevinci ve kayıp olduğunda üzüntü vardır. Fakat, diğer duygusal bağlarda olması gerekli olmayan bir bağlanma kriteri vardır. Bu; güvenlik deneyimi, eş ile ilişkiden elde edilen rahatlık ve buna rağmen diğer aktivitelerde birleşen güven ile eş tarafından sağlanan güvenli dayanaktan uzaklaşma yeteneğidir. Bütün bağlanmalar güvenli olmadığı için, bu kriter yakınlık arayışını ima etme ile değiştirilmelidir, eğer bulunursa, eş ile ilişkili olarak rahatlık ve güven duygusu ile sonuçlanacaktır (Ainsworth, 1989).

Bağlanma kuramının temel varsayımlarından biri, bebeklerin ancak onlara bakacak ve onları koruyacak bir yetişkin var olduğunda yaşayabilecekleridir. Bebekler evrimsel özelliklerin bir sonucu olarak, bir bakıcı ya da koruyucuya yönelik olarak yakınlık kurma ve sürdürme davranışları geliştirirler. Burada bakıcının davranışı tamamlayıcı bir nitelik taşır. Bakıcı bebeğin bakımını sağlar, bebek gülümser ve bakıcı da ödülünü almış olur veya bebek ağlar, bakıcı bebeği rahatlatır. Bağlanma sistemi, bebeklik ve çocukluk dönemlerinde başattır. Çocuk güvende olduğunu hissettiği sürece, bağlanma sistemi pasiftir ama çocuk bağlanma figürünün varlığını ara sıra yoklar. Herhangi bir tehlike olduğunu fark ettiğinde bakıcı ile kurduğu yakınlığı yeniden elde etmek için çabalar (Hazan ve Shaver, 1994).

Belirli bir ortamda bakıcısı ile makul düzeyde güven ilişkisi oluşturmuş ve daha önce birincil bakıcıdan hiç ayrılmamış bebekler, bir ayrılık söz konusu olduğunda buna çeşitli şekillerde tepki göstermektedirler. Bu tepkiler üç evrede gerçekleşen bir davranış zinciri oluşturur. Bunlar; protesto, umutsuzluk ve kopmadır (Bowlby, 1982).

Ayrılığa ilişkin verilen tepki evrelerinden birinci evre olan protesto evresi, ayrıldıktan hemen sonra ya da bir süre sonra gerçekleşir. Bu evre birkaç saatten birkaç haftaya dek sürebilir. Çocuk ayrılık sonrasında üzüntü yaşar, ayrılığı protesto eder. Tüm

davranışları, birincil bakıcının döneceğine ilişkin beklenti olduğunu gösterir. Bu evrede tüm alternatif bakıcı figürleri reddedilir (Bowlby, 1982)

Protestodan sonraki evre umutsuzluk evresidir. Bu evrede davranışlar pasifleşir, çocuk durgunlaşır. Bu evre sessiz bir süreçtir ve dışarıdan, yaşanan üzüntünün azaldığı düşünülebilir (Bowlby, 1982).

Protesto ve umutsuzluğun ardından son evre kopma evresidir. Bu evrede çocuk artık alternatif bakıcıyı reddetmez ve ondan gelen ilgi ve bakımı kabul etmeye başlar. Bu evrede çocuk birincil bakıcıya ilgisizdir (Bowlby, 1982).

Bir çocuğun birincil bakıcıdan ayrılmasına karşı geliştirdiği tepkinin anlamı, onu bu figüre bağlayan ilişkinin anlamı ile ilişkilidir (Bowlby, 1982). Dengeli ve tatmin edici ilişkilerin yaşandığı evlerde yaşayan çocukların ayrılık esnasında sırasıyla protesto, umutsuzluk ve kopma tepkilerini verdiği gözlemlenmiştir (Bowlby, 1973).

Yaşamın ilk 12 ayı içerisinde hemen hemen tüm bebekler birincil bakıcı (çoğu zaman anne) figürüne yönelik olarak çok güçlü bağ geliştirmektedir (Bowlby, 1982).

Yaşamın ilk yılı boyunca, bağlanma davranışının gelişimini tanımlamada iki temel kriter vardır. Bunlar: “birincil bakıcı ayrıldığında ağlama ve izleme” ve “döndüğünde karşılama ve yakınlaşma”. Bunlardan daha sonra ortaya çıkan kriterler ise; anneye gülümseme, anneye doğru hareket etme ve çocuk tehlike hissettiğinde anneye yapışma, son olarak da annenin varlığında ve yokluğunda farklı şekillerde davranışlar göstermedir (1982).

Bağlanma davranışının gelişiminde önemli bir faktör olan anne – çocuk arasındaki ilişkide dinamik bir denge söz konusudur. Her ikisinden de gelen pek çok olumlu ve olumsuz davranış olmasına karşın, aralarındaki mesafe bir kural olarak belirli sabit sınırlar içerisinde devam eder. Bu dengenin nasıl oluştuğunu anlamak için şu dört davranış göz önünde tutulabilir: çocuğun bağlanma davranışı, çocuğun bağlanmaya karşıt davranışı (özellikle keşfetme davranışı ve oyun), annenin ilgi davranışı, annenin ebeveynsel ilgiye karşıt davranışı. Bu dört davranış biçiminin varlığı, yokluğu ve yoğunluğu anbean değişmektedir ve birbirlerinden etkilenmektedir (Bowlby, 1982).

“Bağlanma davranışından başka hiçbir davranış formu, daha güçlü bir hisle bir araya gelemmez. Onun yöneldiği figürler sevilir ve ortaya çıkışı neşeyle karşılanır” (Bowlby, 1982).

Bir çocuğun bağlanma davranışını tanımlamada en belirgin kriter, birincil bağlanma figürü onu kısa süreliğine bıraktığında itiraz edip etmediği ve itiraz ediyorsa bunu ne kadar güçlü yaptığıdır. Bağlanma davranışının fonksiyonu ile ilgili olarak pek çok öneri ortaya atılmış olmasına rağmen, bunlardan en olası görüleni; yırtıcılardan korunmadır. Bağlanma davranışı yaşam boyu devam eder. Hem eski hem de yeni figürler mevcut olur ve yakınlık ve iletişim onlarla sürdürülür (Bowlby, 1982).

Hemen her yaştan kişide sık ve yoğun bağlanma davranışı gösterme eğilimi söz konusu olur. Ancak gereğinden fazla olması nevrotik olarak kabul edilir. Hem çocuklarda hem de yetişkinlerde güven, kaygı ya da stres büyük ölçüde temel bağlanma figürünün ulaşılabilirliği ve cevap verebilirliği tarafından belirlenmektedir. Bir kişi için temel bağlanma figürü, bu kişiyi güvende hissettiren kişidir. Bağlanma figürü kişi için adeta güvenli bir üs olur. Tüm insanlar için en güvenilir kişiler temel bağlanma figürü olduğundan, korkuya duyarlılık büyük oranda bağlanma figürünün yokluğu ya da ulaşılabilir olup olmamasına bağlıdır (Bowlby, 1973).

Bağlanma figürünün yanıt verebildiğine ilişkin güven, en az iki değişkene bağlıdır: temel bağlanma figürünün yardım istediğinde cevap vereceğine ilişkin düşünceler ve kişinin kendisini cevap verilmeye, yardım edilmeye değer görüp görmemesi (Bowlby, 1973).

Ayrılma ve kaybetme yaşantılarının ardından bazı kişiler büyük ölçüde iyileşirken, bazıları ise bunu başaramaz. Bu farklılığın nedeni kolay yanıtlanamayacak ve oldukça önemli bir sorudur. Bu farklılığa yol açan durumlar iki temel başlık altında ele alınabilir: “ayrılıkla yakından ilişkili ve ayrılığın getirdiği korkular” ile “çocuğun ayrılık öncesi ve sonrasında ebeveynleriyle ilişkileri” (Bowlby, 1973).

Bir çocuk belli bir süre evinden ayrı kalıp döndüğünde, ebeveynlerine (özellikle birincil bağlanma figürüne) karşı davranışlarında büyük sorunlar ortaya çıkmaktadır. Çocuk, benzer durumları tekrar yaşamaktan korkmaktadır (Bowlby, 1973).

Bağlanma sürecinde genellikle bağlanma figürü, erken yaşlarda birincil bakıcılarken, yetişkinliğe gelindiğinde bağlanma figürü çoğu zaman romantik ilişkilerdeki eşler olmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

İçsel Çalışan Modeller

İçsel çalışan modeller, bağlanma stillerini belirleyen temel yapılardır. Çocuğun bağlanma figürünün yokluğunu fark etmesi bu modeller sayesinde gerçekleşir. Böylece çocuğun bağlanma figürü olan ilişkisi etkilenir ve ayrılık karşısında vereceği tepki de buna bağlı olarak belirlenir.

İçsel çalışan modeller birbiriyle ilişkili iki farklı bilişsel şemadan oluşmaktadır. Bunlar; bireyin kendilik değeri ve başkaları tarafından sevilebilir olup olmamasına ilişkin algılarından oluşan “kendilik modeli” ve bireyin yakın çevresindeki insanların güvenilir ve sevilebilir, değer verilebilir olup olmadıklarına ilişkin algılarından oluşan “diğeri modelidir” (Lopez ve diğerleri, 1998).

Bağlanma stillerinin gelişiminde büyük katkısı olan bu modeller ile bireyin kendi benliği ve başkalarına ilişkin beklentileri ve algısı belirlenir ve bununla ilişkili olarak hem çocuklukta hem de yetişkinlikte duygu, düşünce ve bilişlerin temel en temel kaynağını oluşturur. Bu kaynağın daha sonra yetişkin bağlanma stillerinin ortaya çıkmasında temel rolü olduğu görülmektedir (Hazan ve Shaver, 1994).

İçsel çalışan modeller dört ilişkili unsurunu içerir: Bağlanma ilişki deneyimlerinin hatırlanması; bağlanmada ilişki içinde diğerleri ve benliğin beklentileri, inanç ve davranışları; bağlanma ilişki amaçları ve ihtiyaçları; bu amaçları başarmak için geliştirilen strateji ve planlar (Colins, 1996).

Bağlanma Stilleri

Bağlanma; bebek ile birincil bağlanma figürü arasındaki pek çok farklı dinamikten etkilenir ve bu da farklı bağlanma stillerinin ortaya çıkmasına yol açar. Ainsworth ve ark. (1978), çalışmaları sonucunda üç bağlanma stili belirlemişlerdir:

Güvenli bağlanma stili: Güvenli bağlanma stiline sahip olanlar, birincil bağlanma figüründen ayrıldıklarında, kaygılarını belli ederler, ancak tekrar bir araya gelindiğinde rahatlama yaşarlar (Ainsworth ve ark. , 1978).

Kaygılı – kararsız bağlanma stili: Kaygılı – kararsız bağlanma stiline sahip olanlar, bağlanma figüründen ayrıldıklarında, yoğun bir şekilde kaygı, öfke ve stres yaşarlar. Tekrar bir araya gelindiğinde rahatlama yaşayamazlar ve bağlanma figürüne yapışma eğilimi gösterirler (Ainsworth ve ark. , 1978).

Kaçınan bağlanma stili: Kaçınan bağlanma stiline sahip olanlar, bağlanma figüründen ayrıldıklarında, fazla bir tepki göstermezler ve tekrar bir araya gelindiğinde de bağlanma figürü ile yakınlık kurma davranışı göstermezler ve beklemezler (Ainsworth ve ark. , 1978).

Yetişkin Bağlanması

Bowlby'ye (1979) göre, bağlanma “beşikten mezara” devam eden bir süreçtir.

Bağlanma bakış açısına göre, bireylerin duygusal destek, bakım ve cinsel doyum gibi, daha çok sosyal ilişkiler aracılığıyla doyurulabilen birtakım ihtiyaçları vardır. Bu ihtiyaçlardan en temel olanı hissedilen güvenlidir ve bu ihtiyaç bağlanma sistemi tarafından kontrol edilir (Hazan ve Shaver, 1994).

Yetişkinlikte kurulan yakın ilişkilerden biri olan cinsel çift ilişkilerinde üç temel davranışsal sistem vardır: üretkenlik, bağlanma ve bakım sistemleri. İkincisi iki yolu içerir: eşe bakım verme ve genç birine bakım vermeyi eş ile paylaşmak (Ainsworth, 1989).

Cinsel çift bağları, tüm türlere özgü değildir. Üretkenlik sistemi, eşler arasında kalıcı bağlar olmaksızın sonradan işlevsel çıktıya ulaşabilir. Çift bağlarının gerçekleştiği türlerde, bakım sistemi gerekli görülebilir, genellikle, erkek, eşine, çocuklarına ya da her ikisine de doğrudan ya da dolaylı olarak bakım ve koruma verir. İnsanlarda, cinsellik evlilik bağı olmaksızın gerçekleşebilir, fakat diğer yandan, çeşitli insan toplulukları, evlilik gelenekleri aracılığıyla kalıcı bağları güçlendirme eğilimindedirler. Uzun süreli cinsel birlikteliklerde, geleneksel evlilik olsun ya da olmasın, bir eşin diğerine bağlanması kurulma eğilimindedir ve bağlanma ve bakım öğeleri karşılıklı alma ve verme ilişkisine doğru etkileşim halindedir. Genel olarak, bazı zamanlarda ve bazı şekillerde eşlerden biri daha güçlü ve daha akıllı olarak diğerine bakar ve diğeri de bakım, rahatlık ve güvence sağlayarak karşılık verir ve böylece güvenlik duygusunu teşvik eder (Ainsworth, 1989).

Bazı evliliklerde, bakım ve bağlanma öğeleri simetrik, karşılıklı ve tamamlayıcı olmayabilir. Örneğin bazıları, bir eşin temel olarak diğerinden koruma ve bakım aradığı bir çocuk ve diğerinin daha güçlü ve akıllı görüldüğü, doyumunu bakım verme ihtiyaç duyulma aracılığı ile sağladığı ebeveyn – çocuk arasındaki ilişkiye benzeyebilir. Böyle ilişkiler güvenli olmayabilir ama yine de kalıcı olabilirler (Ainsworth, 1989).

Çoğu evlilikte, üç temel biyolojik dayanaklı bileşenden başka bileşenler de vardır. Örneğin, eşler profesyonel ya da iş partnerleri olabilir ya da boş zaman faaliyetlerini ve

ilgilerini paylaşmaktan zevk aldıkları için birlikte normalden fazla zaman geçirebilirler. Evlilik ya da benzeri ilişkilerde eş ile ilişkilerdeki bu ve diğer bileşenler esas değildir fakat zamanla kalıcı olarak katkıda bulunabilir ya da bulunmayabilir (Ainsworth, 1989).

Hazan ve Shaver (1987), yetişkinlikteki romantik aşk ilişkilerine bağlanma teorisi ile yeni ve değerli bir bakış açısı kazandırılabilceğini iddia etmişlerdir. Onlara göre, yetişkinlikteki romantik ilişki, tıpkı çocuklukta birincil bakıcılarla olduğu gibi, eşe karşı geliştirilen bir bağdır. Bu doğrultuda, temel olarak bebeklik dönemi için tasarlanmış olan bağlanma teorisinin yetişkin romantik aşkı üzerindeki bakış açılarını önerdiğini keşfetmek ve kanıtlamak amacıyla iki aşamalı bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışma ayrıca yetişkin bağlanması ile ilgili olarak yapılan ilk çalışmadır. Çalışmalarında genel olarak, romantik aşkın, bağlanma geçmişlerinin farklılıklarından dolayı farklı insanlar tarafından oldukça farklı şekillerde deneyimlenen bağlanma süreci olduğunu önermişlerdir. İki aşamalı olarak yürüttükleri çalışmaları sonucunda şu sonuçlara ulaşmışlardır: Yetişkin bağlanmasında da bebeklikteki bağlanmada olduğu şekilde üç bağlanma stili vardır ve bağlanma stillerinin dağılımı yetişkinlikte, bebeklikteki ile oldukça benzerdir.

Yetişkinlikte bağlanma stilleri farklı olan kişilerin, yaşadıkları aşk ilişkilerindeki deneyimler, farklılıklar göstermektedir. Kişilerin kendilerine, romantik ilişkilerindeki eşlerine yani bağlanma figürlerine ve ilişkilerine dair işleyen modelleri, bağlanma stilleri ile ilişkilidir. Farklı bağlanma stiline sahip kişilerin romantik ilişkilerinin gidişatı hakkındaki inançları, eşlerinin güvenmeye değer olup olmadıklarına ve kendilerinin âşık olunmaya değer olup olmadıklarına ilişkin düşünce ve inançları farklılıklar göstermektedir. Katılımcıların romantik ilişkilerindeki eşleriyle olan etkileşimleri ile çocukluklarında ebeveynleriyle olan etkileşimleri benzerlikler taşımaktadır. Elde edilen bu sonuçlar, yetişkin aşk ilişkilerine bağlanma teorisi açısından bakılabileceğine ilişkin güçlü kanıtlar sunmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987).

Yetişkin aşk ilişkilerini açıklamada önemli olduğu düşünülen bağlanma kuramı bağlamında, iki birey arasında yakın ilişkinin biçimlenmesi, fiziksel yakınlık ile birlikte görülür. Çocukluk döneminde bu yakınlık birincil bakıcıya bağlanma davranışı ile sağlanır ve bebeğin güvenlik ihtiyacı ile düzenlenir. Yetişkinlikte ise yakınlık, romantik ilişkilerde cinsel çekim ile düzenlenir. Ancak bağlanma bakış açısından ele alındığında, yakın ilişkilerdeki eşlerin eninde sonunda “güvenli sığınak” işlevini görmeleri beklenir. Buna göre, yakınlığın başlamasında cinsel çekim daha öncelikli görülmekte iken, yakınlığın ve bağlanma ilişkisinin sürdürülmesinde eşlerin birbirlerinin güvenlik ve rahatlama

ihtiyaçlarını karşılamaları ve birbirleri için “güvenli sığınak” olmaları daha öncelikli hale gelir (Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma ilişkisinin biçimlenmesi bakımından sürecin yetişkinlikte de bebeklik bağlanmasındaki gibi olduğu düşünölmektedir. Bu süreç şu şekildedir: yakınlık arayışı, güvenli sığınak arayışı, güvenli bir üssün kurulması. Bu süreç bazı durumlarda tamamlanamamaktadır (Hazan ve Shaver, 1994).

Bebeklik bağlanması ile yetişkinlik bağlanması birtakım benzerlikler taşımasına karşın, önemli farklılıklara da sahiptir. İlk olarak, bebeklik bağlanması tamamlayıcı davranışları içerirken; yetişkinlikte bağlanma karşılıklılığa dayalı davranışları içermektedir. Ayrıca, bebekler ve çocuklar kendilerini tam olarak güvende hissedebilmek için bağlanma figürü ile fiziksel temasa geçmek isterken; yetişkinlerde fiziksel temas her zaman gerekmez, hissedilen güvenliğin varlığı önemlidir (Main ve ark, 1985). Bebeklik ve yetişkinlik bağlanması arasındaki farklardan bir diğeri ise, bebeklikte bağlanma figürünün çoğu zaman anne – baba iken; yetişkinlikte bağlanma figürünün genellikle romantik ilişkideki partner olmasıdır ve yetişkin bağlanma ilişkisinin bağlanma ve bakım ile birlikte cinselliği de içermesidir (Shaver, Hazan ve Bradshaw, 1988; Weiss, 1982).

Bağlanma kuramına göre, herhangi bir yaşta kurulan bağlanma ilişkisinin niteliği bireyin, bağlanma figürünün ulaşılabilirliğine ve ihtiyaç duyduğunda kendisine olumlu bir şekilde karşılık vereceğine güvenip güvenememesine göre şekillenir (Hazan ve Shaver, 1994).

Shaver ve Mikulincer (2002), kendini rapor ölçekleri kullanılarak yapılan çalışmaların bulgularına dayalı olarak, bağlanma sisteminin aktivasyonu ve dinamikleri için daha tam bir model oluşturmanın mümkün olduğunu ifade etmişlerdir. Bu model daha önceki teorik çalışmaların bulgularını birleştirmiştir. Bu yeni model üç büyük bileşeni içermektedir. Bir bileşen, tehdit ve stresi ortaya çıkaran olayların izlenmesi ve değerlendirilmesini içerir. Bu, bağlanma sisteminin aktivasyonundan sorumludur. İkinci bileşen destek ve güven sağlayan, bağlanma ihtiyaçlarını karşılayan, bireyin kendi içsel kaynaklarını inşa eden ve düşünce – eylem repertuarını genişleten bağlanma figürlerinin varlığı ve cevap verebilirliğini izleme ve değerlendirmeyi içerir. Bu bileşen, güvenli sığınağa sahip olma duyusundaki bireysel farklılıklardan sorumludur. Üçüncü bileşen, bağlanma güvensizliği ve stres ile başa çıkmanın anlamı olarak yakınlık arayışının varlığını sürdürebilmesini izleme ve değerlendirmeyi içerir. Bu bileşen, duygu düzenleme

stratejilerinin aşırı aktif olmasından devre dışı kalmasına kullanımındaki bireysel farklılıklardan sorumludur. Bu yeni model ayrıca, sırasıyla bağlanma figürünün varlığını ve tehdit edici olayların izlenmesini etkileyen aşırı aktif olma ya da devre dışı kalma stratejilerinin tekrarlanan kullanımı ile sonuçlanan uyarıcı ve engelleyici sinirsel devreyi içerir.

Bir kişinin bağlanma sistemi aktif hale geldiğinde, bağlanma figürünün varlığı hakkındaki soruya olumlu bir cevap, güvenli sığınağa sahip olduğuna ilişkin güçlü bir duygu ile sonuçlanır. Bağlanma figürünün algılanan yokluğu ise, bağlanma güvensizliği ile sonuçlanır. Güvensiz bağlanma durumu daha sonra, koruyucu bir strateji olarak yakınlık aramanın varlığı hakkında bir karara zorlar. Bağlanma geçmişi, doğuştan gelen özellikler ya da bağlamsal ipuçlarından dolayı yakınlık arayışı uygun bir düşünce olarak değerlendirildiğinde, bireyler bağlanma figürlerine doğru yaklaşmaya yönelmeyi ortaya çıkaran ve tehdit ilişkili ipuçlarına karşı tetikte olmayı devam ettiren aşırı aktif olma stratejilerine uyum sağlar. Bu stratejiler, bağlanma ile ilişkili ipuçlarını ve tehdide tetikte olmayı artıran ve tehditleri hissetme, bağlanma figürünün yokluğunun ipuçları ya da reddedilme yani stresi şiddetlendirme eşiğini azaltan uyarıcı sinirsel devreleri içerir. Böylece, bilişsel işleyişi engelleyen, acı ve stres duygusunu devam ettiren ve muhtemelen yeni stres kaynaklarını, kaotik ayırt edilmemiş zihinsel yapı ve tutarsız zihin durumu oluşturan eski kaynaklarla karıştıracak devam eden stres döngüsü oluşturulur. Bu uyarıcı devreler, bağlanma kaygısının bilişsel, duygusal ve davranışsal dışavurumuna ilişkin bulguları açıklar (Shaver and Mikulincer, 2002).

Bağlanma figürünün yokluğu ile ortaya çıkan yakınlık aramanın uygun olup olmadığına ilişkin karar yakınlık aramanın uygun olmadığı şeklinde değerlendirildiğinde, devre dışı bırakma stratejilerine uyma ile sonuçlanır. Bu stratejiler, tehditleri, bağlanma ile ilişkili ipuçlarını reddetmeye, baskılamaya ve bastırmaya yol açan engelleyici devreleri içerir. Bu engelleyici devreler, daha sonra, kişisel hataları ve zayıflıkları kabul etmeyi ve başkalarına bağlılığı engelleyen bağımsız bir tutuma uyma ile güçlendirilir ve pekiştirilir. Bu engelleyici devreler, bağlanma kaçınmasının bilişsel, duygusal ve davranışsal dışavurumları ile ilgili bulguları açıklar (Shaver and Mikulincer, 2002).

Yetişkin Bağlanma Stilleri

Hazan ve Shaver (1987), yetişkin bağlanma davranışı ile ilgili yaptıkları çalışmalarında çocukluk bağlanma stillerini yetişkin bağlanması bağlamında ele alarak kullanmışlardır. Bu doğrultuda “güvenli”, “kaygılı - kararsız” ve “kaygılı – kaçınan” olmak üzere üç yetişkin bağlanma stili tanımlamışlardır.

Güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin, özgüveni yüksektir ve girişkendirler, ayrıca bu kişiler yakın ilişkiler kurma konusunda sorun yaşamazlar (Hazan ve Shaver, 1987).

Kaygılı – kararsız bağlanma stiline sahip bireylerin, özgüvenleri düşüktür ve bu kişiler yakın ilişkilerinde reddedilme ve terk edilme korkusu yaşarlar (Hazan ve Shaver, 1987).

Kaygılı – kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler ise, kendilerini açmaktan rahatsız olurlar ve yakın ilişkiler kurmaktan kaçınırlar (Hazan ve Shaver, 1987).

Hazan ve Shaver’in ortaya koyduğu modelden başka yetişkin bağlanma stilleri konusunda kabul gören bir diğer model de, Bartholomev ve Horowitz (1991)’in “Dörtlü Bağlanma Modeli”dir. Bu modele göre, dört yetişkin bağlanma stili vardır: “güvenli”, “saplantılı”, “korkulu” ve “kayıtsız”. Bu bağlanma stilleri kendi ve başkası modellerine ilişkin olumlu ve olumsuz iki algı şekline göre ortaya çıkmaktadır. Bireylerin kendilik modellerine ve başkası modellerine olumlu ya da olumsuz bakıyor olmaları, yetişkinlikteki bağlanma stillerini belirlemede etkilidir.

Dörtlü Bağlanma Modeli’ne göre, *güvenli bağlanma stiline* sahip bireyler, olumlu benlik ve olumlu başkaları modelleri geliştirmişleridir. Bu kişiler, yüksek özgüven ve benlik saygısına sahiptirler. Kendilerini sevmeye değer görürken, başkalarını da içten ve kabul edici olarak görmektedirler (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Saplantılı bağlanma stiline sahip bireyler, olumsuz benlik ve olumlu başkaları modelleri geliştirmişlerdir. Bu kişiler, çok düşük kendilik değerine sahiptirler. Yakın ilişki kurma eğilimdedirler, ancak ilişkilerinde kendilerini kanıtlama ve doğrulamaya yönelik davranışlar sergilerler ve yapışkan bir biçimde ilişki kurarlar. Dolayısıyla, bu durum, ilişkide karşı tarafın bu kişilerden uzaklaşmalarına yol açabilir (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Korkulu bağlanma stiline sahip bireyler, olumsuz benlik ve olumsuz başkaları modelleri geliştirmişlerdir. Bu kişiler, hem düşük kendilik değerine ve özgüvene sahiptirler hem de diğer insanların reddedici ve güvenilmez olduklarını düşünürler. Yakın ilişkilerden kaçma eğilimi gösterirler (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Kayıtsız bağlanma stiline sahip bireyler, olumlu benlik ve olumsuz başkaları modelleri geliştirmişlerdir. Bu kişiler de yakın ilişkilerden kaçarak kendilerini korudukları inancına sahiptirler (Bartholomev ve Horowitz, 1991).

Yetişkin Bağlanması ile İlgili Araştırmalar

Hazan ve Shaver, 1987 yılındaki çalışmalarında, tıpkı yaşamın ilk yıllarında bebekler ve ebeveynleri arasında şekillenen duygusal bağlarda olduğu gibi, romantik aşkın, yetişkin âşıklar arasında şekillenen duygusal bağlar içindeki biyososyal süreç yani bağlanma süreci olduğu olasılığını keşfetmişlerdir. Bağlanma teorisinin temel bileşenleri, yetişkin romantik aşk ilişkilerine uygun terimlere çevrilmiştir. Bu dönüştürme sırasında bebeklik bağlanmasındaki üç bağlanma stili ve bireylerin kendilerine ve başkalarına ilişkin olarak geliştirdikleri modeller merkeze alınmıştır. Bireylerin geliştirdikleri kendilerine ve başkalarına ilişkin modeller ve bağlanma stilleri, çocuklukta ebeveynleriyle ilişkileri tarafından belirleniyor gibi görünmektedir. İki ölçek çalışması sonucunda, üç bağlanma stilinin yaygınlığının ve dağılımının çocuklukta ile benzer şekilde olduğu; romantik aşkı deneyimleme biçimlerine göre yetişkinlerin tahmin edildiği gibi üçe ayrıldığı; bağlanma stillerinin teorik olarak bireylerin kendilerine ve başkalarına ilişkin zihinsel modeller ve çocukluklarında ebeveynleriyle ilişkileri ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğu bulunmuştur. Yetişkin aşk ilişkileri teorileri için elde edilen bulgular, ölçüm problemleri ve bağlanma bakış açısından gelecekte test edilecek ilgili diğer konular açısından tartışılmıştır.

Ainsworth'a (1989) göre, bağlanma teorisi çocuklukta ebeveynlere ve ebeveyn yerine geçen figürlere bağlanmanın doğasında gelişimsel değişiklikleri izleyerek bebeklik sonrasındaki yıllar boyunca genişlemektedir. Çeşitli duygusal bağlar, her birinin davranışsal sisteminin karakteristiği ve bu sistemlerin etkileşim şekilleri bakımından incelenmiştir. Özellikle şunlar tartışılmıştır: ebeveynlerin çocuklara olan bağlarının altında yatan bakım sistemi ve çocukların ebeveynlere bağlanması ile bu bağların karşılaştırılması; cinsel çift bağları ve onların üretkenlik, bağlanma bakım sistemlerine yol açan temel

bileşenleri; hem çocuklukta hem de yetişkinlikte arkadaşlıklar ve bunların altında yatan davranışsal sistemler; akrabalık bağları ve onların uzun süreli olmasının nedenleri.

Bartholomew ve Horowitz (1991), yetişkinlikteki bağlanmaya ilişkin olarak dört boyutlu yeni bir model öne sürmüşlerdir. Dört prototipik bağlanma kalıbı, kişinin kendilik imajları (negatif ve pozitif) ve başkaları imajları (negatif ve pozitif) kombinasyonları kullanılarak tanımlanmıştır. Birinci çalışmada, bir görüşme, dört bağlanma stilinin sürekli ve kategorik derecelerini elde etmek için geliştirilmiştir. Bağlanma derecelerinin iç korelasyonları, hedeflenen model ile uyumlu olarak bulunmuştur. Bağlanma dereceleri, kişiler arası işlevselliği ve kendilik kavramını ölçen kendini rapor ölçekleri tarafından geçerlilik açısından test edilmiştir. Her bir bağlanma stili, hem kendinin hem de arkadaşının bildirdiklerine göre, ayrı kişiler arası problemler profili ile ilişkilidir. İkinci çalışmada, aile kökeni ve çift ilişkilerinde bağlanma stilleri, bağımsız olarak değerlendirilmiştir. Birinci çalışmanın sonuçları, tekrarlanmıştır. Hedeflenen model, aile ilişkilerinin temsillerine uygulanabilir olduğunu göstermiştir; çiftlerde bağlanma stilleri aile bağlanma dereceleri ile ilişkilidir.

Hazan ve Shaver (1994), büyük ampirik literatürün seçici fakat kapsamlı bir gözden geçirilmesi aracılığıyla, bağlanma teorisinin yetişkin ilişkilerindeki geniş bulguları içerebileceğini göstermeye çalışmışlardır. Ayrıca, bağlanma teorisi; insan duygusal bağlarının gelişimsel yolu, evrimsel kökenleri, duygusal dinamikleri ve işlevleriyle ilişkili araştırma sorularının çarpıcı sıralanışlarına da işaret etmekte olduğunu göstermişlerdir. Hazan ve Shaver (1994), yakın ilişkilerde kapsamlı bir teorinin hem istenilir olduğu hem de böyle bir teoriye var olan kavramlar ve teorilerinin entegre edilmesi ile ulaşılabilir olduğu sonuçlarına ulaşmışlardır.

Sümer ve Güngör (1999), yetişkin bağlanma stillerini yaygın olarak kullanılan Dörtlü Bağlanma Modeli (Bartholomew ve Horowitz, 1991) kapsamında bağlanma stillerini ölçen iki ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını yapmışlar ve ölçekler bağlamında kültürlerarası karşılaştırma yapmışlardır. Çalışma kapsamında tek maddelik ölçümlere dayanan İlişki Anketi (İA) ve çok madde ile ölçümlere dayanan İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) incelenmiştir. Çalışma üç aşamalı olarak yapılmış, birinci aşamada İA ve İÖA'nın Türk örnekleme üzerinde kabul edilebilir düzeyde güvenirlik, değişmezlik ve bileşen geçerliği gösterdiği bulunmuştur. Ancak bu iki ölçeğin katılımcıları bağlanma stilleri içinde gruplandırma açısından yeterli düzeyde çakışma göstermediği görülmüştür. Çalışmanın ikinci aşamasında ise, birinci çalışmanın bulguları tekrarlanmış ve dört temel

bağlanma stilinin Türk kültüründe de aynı şekilde dörtlü bağlanma modeli bağlamında tanımlanabileceği ortaya konulmuştur. Ayrıca ölçeğin yapı geçerliğine ilişkin olarak da kabul edilebilir değerler elde edilmiştir. Çalışmanın son aşamasında ise Türkiye ve ABD'deki üniversite öğrencilerinden elde edilen İÖA ve İA puanları karşılaştırılmış ve ölçeklerin psikometrik özelliklerinin her iki kültürde de benzerlikler gösterdiği görülmüştür. İÖA'nın İA'dan daha tutarlı sonuçlar verdiği saptanmıştır. Türk ve Amerikan kültürlerinde bağlanma stilleri bakımından bakıldığında, iki kültür arasındaki farklılıkların güvensiz bağlanmalar arasında olduğu ve Türk kültüründe saplantılı, Amerikan kültüründe ise korkulu ve kayıtsız bağlanma stillerin daha yüksek oranda temsil edildiği bulunmuştur.

Shaver ve Mikulincer (2002), yetişkin bağlanması alanındaki çalışmaların iki temel çizgisi arasındaki nispeten çok az iletişim ve karşılıklı verimliliklerinden dolayı, kendini rapor ve diğer yöntemlerin kombinasyonuna dayalı olarak var olan çalışmaları gözden geçirmişler ve açıklamışlardır. Bu gözden geçirme, dikkate değer bir sürecin, bağlanma teorisinden türetilen önde gelen hipotezleri test ederek ve bağlanma sisteminin aktivasyonu ve duygu düzenleme ile ilişkili bilinçsiz, psikodinamik süreçleri keşfederek oluşturulabileceğini göstermiştir. Bağlanma stillerinin kendini rapor değerlendirmesi ve diğer teorik olarak ilişkili değişkenlerin deneysel manipülasyonunun kombinasyonu, araştırmacıların nedensel hipotezleri test etmelerine izin vermiştir. Bu araştırma sonucunda, bağlanma ile ilişkili bireysel farklılık süreçleri ve normatif bir model sunulmuştur ve daha sonraki araştırmalarda ihtiyaç duyulacak alanlar tanımlanmıştır.

Demirci (2004) tarafından yapılan “Evlilikte Bağlanma ve Çatışma Yönetmede Bağlanma Stillerinin Etkisi” başlıklı yüksek lisans tezi, çiftlerin bağlanma stillerini ve sahip oldukları bağlanma stillerinin aile içinde yaşanan evliliğe ait çatışmaları nasıl etkilediğini araştırmayı amaçlamıştır. Bu doğrultuda çalışma 150 evli çift üzerinde yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda, güvenli bağlanma stili ile olumlu çatışmayı çözme tutumları arasında beklenildiği gibi pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Ayrıca bağlanma stilleri ve çatışma çözme tutumları cinsiyetlere göre de anlamlı farklılık göstermemiştir. Bağlanma stilleri evlilik süresi, evlenme biçimi ve eğitim düzeyi açısından anlamlı farklılık göstermiştir.

Mikulincer ve Shaver (2005), yakın ilişkilerdeki kişilerarası davranışlar için, duygusal reaksiyonları şekillendirmede bağlanma oryantasyonunun oynadığı rolü incelemişlerdir. Mikulincer ve Shaver bu çalışmada daha önceki çalışmalarında ortaya koydukları bağlanma sistemi aktivasyonu ve dinamiklerine ilişkin bütüncü modellerini

bir rehber olarak kullanarak, konu ile alakalı kanıtları gözden geçirmişlerdir, yeni bulgular ortaya koymuşlardır ve farklı bağlanma stiline sahip bireylerin, ilişkisel olaylarda duygusal olarak nasıl tepki verdiklerine ilişkin hipotezleri amaçlamışlardır. Özellikle, ilişki partnerinin pozitif ve negatif davranışları ve partnerin kaygı ya da memnuniyet sinyalleri tarafından seçilmiş duygusal durumlarda bağlanma ile ilişkili çeşitliliklere odaklanmışlardır. Bunu yaparken, var olan bilgileri kullanmışlardır ve yakın ilişkilerde bağlanma ile ilişkili duygularla ilgili araştırmalara yol göstermişlerdir.

Sümer 2006 yılında yaptığı çalışmasında Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri'nin (YİYE) faktör yapısını incelemiş ve yetişkin bağlanma stillerini ve boyutlarını ölçmede yaygın olarak kullanılan üç ölçeği (İlişkiler Anketi, İlişki Ölçekleri Anketi ve Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri) kullanarak bağlanma ölçümlerinin yordama gücünü kategori ve boyutlar temelince karşılaştırarak incelemiştir. Yapılan analiz sonucunda YİYE kullanılarak bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarının güvenilir olarak ölçüldüğü görülmüştür. Kategori düzeyinde yapılan analizlere göre ise bağlanma stilleri arasında karşılaştırma değişkenlerinde gözlenen farkların, her üç ölçek için de Dörtlü Bağlanma Modeli'ne uygun olduğu görülmüştür. YİYE'göre oluşturulan bağlanma kategorilerinin Dörtlü Bağlanma Modeli ve İlişki Ölçekleri Anketinden daha belirgin yansıtıldığı görülmüştür. Ayrıca YİYE'nin açıkladığı varyansın ve yordama gücünün daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Bahadır (2006) "Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri ve Olumsuz Duygu durumunu Düzenleme Arasındaki İlişki" başlıklı doktora tez çalışmasında bağlanma stilleri ile çatışma çözme stratejileri arasındaki ilişkileri incelemiştir. Ayrıca bağlanma ve çatışma çözme stratejileri arasında olumsuz duygu durumu düzenleme beklentisinin rolü de araştırılmıştır. Çalışmada bağlanma hem kategorik olarak hem de kaygı ve kaçınma boyutları bağlamında ele alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda çatışma çözme stratejilerinden zorlama, kaçınma, uzlaşma ve işbirliği stratejilerinin bağlanma stratejilerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta olduğu bulunmuştur. Ancak çatışma çözme stratejilerinden uymanın bağlanma stillerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulunmuştur. Ayrıca cinsiyete göre çatışma çözme stratejilerinin farklılaşıp farklılaşmadığına bakılmış ve sadece uzlaşma stratejisinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Buna göre kadınlar uzlaşma stratejisini erkeklere göre daha çok tercih etmektedir. Bağlanma stillerine göre olumsuz duygu durum düzenleme beklentisindeki farklılıkların incelendiği analiz

sonuçlarına göre, olumsuz duygu düzenlemenin tüm alt boyutları açısından bağlanma stilleri arasında farklılıklar olduğu bulunmuştur. Güvenli bağlanma stiline sahip olanların duygu durum düzenleme beklentisi puanlarının tüm alt boyutlarda en yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre bakıldığında ise, olumsuz duygu durum düzenlemesinin yalnızca olumsuz duygudan uzaklaşma alt boyutu anlamlı farklılık göstermiştir. Buna göre erkeklerin olumsuz duygudan uzaklaşarak olumsuz duygu durumlarını düzenleyeceklerine ilişkin beklentilerinin kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bağlanmanın kaygı ve kaçınma boyutlarının romantik ilişkide kullanılan çatışma çözme stratejileri üzerindeki doğrudan ve olumsuz duygu durum düzenlemesi aracılığıyla dolaylı etkilerinin sınındığı analiz sonuçlarına göre, bağlanmanın kaygı boyutunun çatışma çözme stratejilerinden zorlama, kaçınma, uyma ve işbirliğini doğrudan yordadığı bulunmuştur. Kaygı düzeyinin uzlaşma stratejisini anlamlı düzeyde yordamadığı bulunmuştur. Kaçınma boyutunun kaçınma, uyma ve uzlaşma stratejilerini doğrudan anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Bağlanmanın hem kaygı hem de kaçınma boyutu olumsuz duygu durum düzenleme beklentisini doğrudan anlamlı düzeyde yordamaktadır. Ancak yapılan analiz sonuçları bağlanma boyutlarının çatışma çözme stratejileri üzerindeki dolaylı etkisinin anlamlı olmadığını göstermiştir.

Beştav (2007) tarafından yapılan “Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel olmayan inançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tez çalışması romantik ilişki doyumu ile bağlanma stilleri, rasyonel olmayan ilişki inançları, aşka ilişkin tutumlar, cinsiyet ve doğup yaşanan yerleşim birimi değişkenleri arasındaki ilişkileri ve bu değişkenlerin romantik ilişkilerden sağlanan doyuma yaptıkları katkıları incelemeyi amaçlamıştır. Çalışma 322 kız 264 erkek toplam 586 katılımcı üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda romantik ilişki doyumunun cinsiyet ve doğup büyüyen yerleşim birimine göre farklılaşmadığı görülmüştür. Kız ve erkek katılımcıların ve farklı yerleşim birimlerinde doğup büyüyen katılımcıların bağlanma stilleri, rasyonel olmayan ilişki inançları ve aşka ilişkin tutumları açısından farklılıklar bulunmuştur. Ayrıca, bağlanma stilleri ile bazı rasyonel olmayan ilişki inançları ve aşk türleri arasında anlamlı ilişkilerin bulunduğu görülmüştür. Yine romantik ilişkilerden sağlanan doyum ile korkulu, saplantılı ve kayıtsız bağlanma stilleri, “oyun gibi aşk” olarak adlandırılan aşk türü ve “kadın ve erkek birbirini anlayamaz”, “anlaşmazlık yıkıcıdır”, “zihin okuma beklentisi” ve “kadın ve erkeklerin ilişki ihtiyaçları farklıdır” şeklinde ifade edilen rasyonel olmayan ilişki inançları arasında negatif yönde

anlamli ilişkiler olduğu görüşmüştür. “Arkadaşça aşk” ve “tutkulu aşk” olarak adlandırılan aşk türleri ile ilişki doyumunu arasında ise pozitif yönde anlamli ilişkiler olduğu bulunmuştur. Değişik bağlanma stilleri, aşk biçimleri ve rasyonel olmayan ilişki inançlarının romantik ilişkilerden sağlanan doyuma yaptıkları katkıları belirlemek amacıyla yapılan analizler sonucunda, ilişki doyumunun yordanmasına en fazla katkıyı “tutkulu aşk” biçiminin yaptığı, tutkulu aşkın ardından sırasıyla “oyun gibi aşk” olarak adlandırılan aşk türünün, “saplantılı bağlanma stilinin”, “zihin okuma beklentisi” şeklinde ifade edilen rasyonel olmayan inancın ve “oyun gibi aşk” olarak adlandırılan aşk türünün ilişki doyumunun yordanmasına anlamli düzeyde katkılarının bulunduğu ortaya konulmuştur.

Sarı (2008) tarafından yapılan “Üniversite Öğrencilerinin Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançları, Bağlanma Stilleri ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler” başlıklı doktora tez çalışması; üniversite öğrencilerine yönelik romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançları ölçen bir ölçme aracı geliştirmeyi, üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerle ilgili inançları ve cinsiyete göre incelemeyi ve bağlanma boyutlarının romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlara etkisini ve bağlanma boyutları ile romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançların ilişki doyumuna etkisini incelemeyi amaçlamıştır. Bu doğrultuda çalışma üç farklı araştırma grubu üzerinden yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda geçerli ve güvenilir bir ölçek geliştirilmiştir. Kız öğrencilerin aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlık alt boyutlarından erkek öğrencilere göre daha yüksek; sosyal zaman ve farklı düşünmek altı ölçeklerinden ise daha düşük puan aldıkları ve yaş arttıkça aşırı beklentiler alt ölçeği üzerinden alınan puanların azaldığı bulunmuştur. Bağlanmanın kaygı alt boyutunun romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlardan aşırı beklentiler, zihin okuma, farklı düşünme, fiziksel yakınlık ve cinsiyet alt boyutlarını olumlu olarak yordadığı; bağlanmanın kaçınma alt boyutunun ise romantik sosyal zaman kullanımı ve fiziksel yakınlık alt boyutlarını olumlu; aşırı beklentiler ve zihin okuma alt boyutlarını ise olumsuz yönde yordadığı bulunmuştur. Aşırı beklentiler ve fiziksel yakınlıkla ilgili akılcı olmayan inançların ilişki doyumunu olumlu yönde yordadığı; bağlanmanın kaçınma ve kaygı boyutları ile romantik ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançların cinsiyet farklılıkları alt boyutunun ilişki doyumunu olumsuz yönde yordadığı ortaya çıkmıştır. Son olarak da kız öğrencilerin ilişki doyumlarının erkek öğrencilerden daha düşük olduğu bulunmuştur.

Kantarcı (2009) tarafından yapılan “Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans

tezinin amacı, evli bireylerin bağlanma stillerine göre aldatma eğilimlerinin ve çatışma yönetim biçimlerinin incelenmesidir. Bu doğrultuda çalışma 145 kadın 55 erkek toplam 200 evli birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin, güvensiz bağlanma stillerine sahip olan bireylere göre aldatma eğilimlerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Ayrıca güvensiz bağlanma stilleri ile olumsuz çatışma yönetim biçimleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir. Aldatma eğilimi ile olumsuz aktif çatışma yönetim biçimi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Cinsiyet açısından bakıldığında ise erkeklerin aldatma eğilimlerinin kadınlara oranla daha yüksek olduğu bulunurken; kadınların erkeklere göre daha fazla olumlu aktif çatışma yönetim biçimine yöneldikleri saptanmıştır.

Okutan (2010) tarafından yapılan “Eşcinsellere Yönelik Tutumlar: Cinsiyetçilik, Romantik İlişkilerle İlgili Kalıp yargılar ve Yetişkin Bağlanma Biçimleri Açısından Bir Değerlendirme” başlıklı yüksek lisans tezinin amacı; cinsiyetçilik, romantik ilişkilerde kadın ve erkek rollerine ilişkin kalıp yargılar ve bağlanma biçimlerinin eşcinsellere yönelik tutumlarla olan ilişkisinin incelenmesidir. Bunların yanı sıra bu çalışma kapsamında farklı bağlanma biçimlerine sahip bireyler eşcinsellere yönelik tutumlar, cinsiyetçilik ve romantik ilişkilerde kadın ve erkek rollerine ilişkin kalıp yargılar açısından karşılaştırılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ekonomik düzey, geleneksellik algısının, düşmanca ve korumacı cinsiyetçiliğin romantik ilişkilerde erkeğin baskın kadının kabul edici tavırları ve erkeğin girişken olması kalıp yargılarının eşcinsellere yönelik tutumları yordadığı görülmüştür. Ayrıca cinsel önyargıya ilişkin değişkenlerin cinsiyete göre farklılaştığı görülmüştür. Bu doğrultuda, kadınlarda ilişki süresinin olumlu; erkeklerde ise ekonomik düzeyin olumsuz yönde eşcinsel karşıtı tutumları açıkladığı saptanmıştır. Hem kadınlarda hem de erkeklerde geleneksellik algısının cinsel önyargıyı açıklamada önemli bir değişken olduğu bulunmuştur. Ancak erkekler için bu değişkenin yordayıcı gücü kadınlara göre daha yüksektir. Aynı şekilde cinsiyetçilik ve romantik ilişkilerde de benzer bulgular elde edilmiştir. Kadınlar için korumacı cinsiyetçilik, romantik ilişkilerde erkeğin baskın kadının kabul edici tavırları ve erkeğin girişken olmasına yönelik kalıp yargılar; erkekler için ise düşmanca cinsiyetçilik ve erkeğin baskın kadının kabul edici tavırlarına ilişkin kalıp yargılar eşcinsellere yönelik olumsuz tutumları yordamaktadır. Eşcinsellere yönelik tutumları olumlu ve olumsuz olan grupların karşılaştırmasından elde edilen bulgulara göre, tutumları olumsuz olanların düşmanca ve korumacı cinsiyetçilik, romantik ilişkilerde erkeğin baskın kadının kabul edici tavırlar ve erkeğin girişken olması alt

ölçeklerinden aldıkları puanların tutumları olumlu olan gruba göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca cinsel önyargılı olanların kaçınmacı bağlanma düzeylerinin önyargılı olmayanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bağlanma stilleri bakımından yapılan karşılaştırmalar sonucunda, eşcinsellere yönelik tutumlar ve çelişik duygulu cinsiyetçilik açısından en fazla olumsuz tutuma sahip olanların korkulu bağlananlar olduğu görülmüştür. Romantik ilişkilerle ilgili kalıp yargıları en çok benimseyen grup kayıtsız bağlananlardır. Ayrıca, tüm ölçeklerden en düşük puan alanlar ise güvenli bağlanan kişilerdir.

Erişti (2010) tarafından yapılan “Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Uyumları Arasındaki İlişki” başlıklı yüksek lisans tez çalışması, evli bireylerin bağlanma stilleri ve kişilik özelliklerinin evlilik uyumları ile ilişkisini ortaya koymayı amaçlamıştır. Bu doğrultuda çalışma en az üç yıldır evli, en az ilkokul mezunu, kronik bir ruhsal rahatsızlığı olmayan 174 birey üzerinde yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda bireylerin sosyo-demografik özellikleri ile evlilik uyumları arasında anlamlı ilişkilerin olduğu bulunmuştur. Bireylerin evlilik uyumlarının bağlanma stillerine göre farklılaştığı saptanmıştır. Kişilik özellikleri ile evlilik uyumu arasında anlamlı ilişkilerin olduğu görülmüştür. Evli bireylerin bağlanma stilleri ile kişilik özellikleri arasında da anlamlı ilişkilerin bulunduğu tespit edilmiştir.

Sığırcı (2010) tarafından yapılan “Evli Bireylerde Bağlanma Biçimleri ve Evliliğe Dair İnançların Evlilik Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tez çalışması, evli bireylerin bağlanma biçimleri ve evliliğe dair inançlarının evlilik doyumu ile ilişkisini incelemeyi amaçlamıştır. Çalışma 120 kadın 100 erkek toplam 220 evli birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, evlilik doyumu düşük ve yüksek olan bireyler arasında bağlanma biçimleri ve ilişkiye dair inançlar bakımından anlamlı bir fark olmadığı bulunmuştur. Hem kaygılı bağlananlarda hem de kaçınmacı bağlananlarda evlilik doyumunun yüksek olduğu görülmüştür. Evlilik doyumu yüksek ve düşük olan bireylerin ilişki dair gerçekçi olmayan inançları bakımından fark olup olmadığına bakıldığında evlilik doyumu yüksek olanlar lehine anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Ayrıca bağlanma biçimlerinden sadece kaçınmacı bağlanma biçiminin evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı; ilişkilere dair inançlardan ise sadece eşler değişmez şeklindeki inançların evlilik doyumunu anlamlı düzeyde yordadığı görülmüştür. Bununla birlikte, eşler değişmez değişkeni kontrol altına alındığında bile, kaçınmacı bağlanmanın evlilik doyumuna ilişkin varyansı açıklamada katkısı olumlu düzeyde olmuştur.

Gündoğdu Aktürk (2010) tarafından yürütülen yüksek lisans tezinin amacı kadınların evlilikte bağlanma kaygı ve kaçınmalarının, eşlerine bakım verme stillerinin, görücü usulü veya aşk evliliği yapmış olmalarının ve demokratik veya geleneksel evliliğe sahip olmalarının evlilik doyumlarına ve eşlerine bağlanma figürü aktarımına olan etkilerini incelemektir. Çalışma 204 evli kadın üzerinden yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda, iki evlilik türü bakımından bağlanmanın temel bileşenlerinin aktarımı, aktarım gücü ve zamanı bakımından anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Her iki evlilik türünde de kadınların duyarlı ve uyum verme stilleri ve düşün kaçınma düzeyleri, eşe bağlanma gücü ve eşe bağlanma figürü aktarımıyla pozitif yönde ilişkili olarak bulunmuştur. Evliliğin gelenekselden ziyade demokratik bir yapıya sahip olması her iki evlilik grubunda da evlilik doyumunu olumlu yönde etkilerken, gruplar arasında hem aşk evliliği yapmış hem de demokratik evlilik yapısına sahip olan kadınların en yüksek evlilik doyumunu rapor ettikleri gözlenmiştir.

Turanlı (2010) tarafından yürütülen “Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu İle Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Saptanması” başlıklı yüksek lisans tezi kapsamında, evli çiftlerde çift uyumu, bağlanma biçimleri ve benlik saygıları arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca çift uyumu ve benlik saygısı, demografik değişkenlerden cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu ve kişilerin ebeveyn durumlarına göre incelenmiştir. Bağlanma stili ve benlik saygısı dışında katılımcıların demografik özelliklerinin de evlilik uyumuyla olan ilişkisi incelenmiştir. Çalışma 33 – 35 yaş arası 116 evli birey üzerinden gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda benlik saygısı ve çift uyum düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Buna göre korkulu ve saplantılı bağlanma düzeyleri ile çift uyumu arasında negatif yönde anlamlı ilişki vardır. Benlik saygısı ile saplantılı bağlanma arasında da negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu çalışmada yaş grubu, cinsiyet ve eğitim ile çift uyumu arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Anne babaları hiçbir zaman ayrılmayı düşünmeyen ve anne babaları her zaman ayrılmayı düşünen bireylerin kendi çift uyum düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Anne babaları sık kavga edenlerin çift uyum düzeyleri düşük çıkmıştır. Anne babanın birbirine sevgi göstermesi ile çift uyumu arasında anlamlı ilişkilerin olmadığı bulunmuştur. Farklı yaş gruplarındaki bireylerin benlik saygıları arasında benzerlikler olduğu görülmüştür. Cinsiyet ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkilerin olmadığı bulunmuştur. Eğitim düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olduğu ancak iş durumu ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkinin olmadığı saptanmıştır.

Anne babalarının kavga etme sıklıkları ve bireylerin bu kavgalardan etkilenme düzeyleri ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmüştür. Anne babaları ev dışı etkinlikleri birlikte yapan kişilerin, kendi evliliklerinde benzer davranışları göstermedikleri bulunmuştur.

Çavuşoğlu (2011) tarafından yürütülen “Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tezinde evli kişilerde bağlanma stilleri ve cinsiyet, eğitim düzeyi, evlilik süresi, çocuk sayısı değişkenlerine göre evlilik uyumu ve aldatma eğilimlerinin değişip değişmediği incelenmiştir. 217 evli birey üzerinde yapılan çalışmanın sonuçlarına göre, farklı bağlanma stillerine sahip bireylerin evlilik uyumları ve aldatma eğilimleri arasında anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Evlilik uyumunun evlilik süresine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Ancak aldatma eğiliminin evlilik süresine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür. Ayrıca aldatma eğiliminin evlilik süresine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği görülmüştür. Buna göre beş yıldan az ve yirmi yıldan fazla evliliklerde aldatma eğilimlerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Çelenoğlu (2011) tarafından yapılan “Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine ve Kendilik Algısına Göre Evlilikte Yaşanan Sorunlarla Başa Çıkma Yollarının İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tezi evli bireylerin bağlanma stillerine ve kendilik algısına göre evlilikte yaşanan sorunlarla başa çıkma yollarını incelemeyi amaçlamıştır. Çalışma en az bir yıllık evli ve eşiyle birlikte yaşayan 124 kadın 104 erkek toplam 228 birey üzerinde yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda güvensiz bağlanmış bireylerin evlilikte yaşanan sorunlarla başa çıkmada kendini suçlama, kendiyle ilgilenme, çatışma ve kaçınma yollarını kullandıkları ve olumsuz kendilik algısına sahip bireylerin çatışma yolunu daha çok kullandıkları bulunmuştur. Güvenli bağlanmış bireylerin, güvensiz bağlanmışlara göre daha olumlu kendilik algısına sahip oldukları saptanmıştır. Ayrıca, cinsiyete göre bakıldığında kadınların evlilikte yaşanan sorunlarla başa çıkmada kendini suçlama ve çatışma yollarını; erkeklerinse kaçınma yolunu daha fazla kullandıkları görülmüştür. Evlilik süresi bakımından incelendiğinde 6-19 yıl arası evli olan bireylerin, altıdan daha kısa süredir evli olan bireylere göre kendini suçlama yolunu, 20 yıl ve daha fazla süredir evli olan bireylerin ise kendiyle ilgilenme ve kaçınma yollarını daha sık kullandıkları belirlenmiştir.

Özen’in (2012) yürüttüğü doktora tez çalışması, evlilikte yaşanan çatışmada hissedilen ve ifade edilen duyguların, eşlerin bağlanma yönelimleri ve evlilik uyumları

arasındaki ilişkideki aracı rolünü araştırmayı amaçlamıştır. Bu bağlamda ilk olarak, Türk kültürüne özgü yaşanan duygu türleri ve bunların kültüre özgü dışavurumlarının olup olmadığını incelemek amacıyla nitel ve nicel ön çalışmalar yapılmıştır. Ön çalışma sonuçları doğrultusunda kızgınlık, üzüntü ve suçluluk duygularının ifadelerini kapsayan üç ayrı ölçeğin güvenilirliği ve geçerliği sınanmıştır. Asıl çalışma, 167 çift üzerinden yürütülmüştür. Yapılan analizler sonucunda eşlerin her ikisinin de (karı ve koca) kaçınmacı bağlanma boyutunun, eşlerin evlilik uyumunu yordamada en güçlü değişken olduğu bulunmuştur. Eşlerin hissettiği duyguların aracı rolü incelendiğinde, kadınların hayal kırıklığı duygusu ve erkeklerin kızgınlık duygusunun temel aracı değişken olarak öne çıktığı görülmüştür. Kızgınlık ifadesi açısından bakıldığında, kadınların ve erkeklerin yaygın kızgınlık stiline, bağlanma boyutları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkide aracı bir rol oynadığı saptanmıştır. Üzüntü ifadesinin aracı rolüne ilişkin analiz sonuçlarına göre, sadece bir aktör aracı rolünün anlamlı olduğu bulunmuştur. Kaçınan bağlanma yönelimi yüksek olan kocaların üzüntülerini ifade etmede daha çok yalnızlık/olumsuz davranış tarzını kullandıkları ve bu davranış tarzının da kendilerinin evlilik uyum düzeylerini düşürdüğü görülmüştür. Karı ve kocaların suçluluk ifade stillerinin, eşlerin bağlanma stilleri ve evlilik uyumları arasındaki aracı rolünün istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir.

Bağlanma Yaralanmaları

Romantik ilişkilerde yaşanan travmalar yani ilişki travmaları, Duygu Odaklı Terapi (DOT) terapistleri tarafından “bağlanma yaralanmaları (attachment injury)” olarak adlandırılır. Bağlanma yaralanmaları, evlilik ve aile terapisi, psikolojik danışma ve psikoloji literatürlerinde yeni geliştirilmiş bir kavramdır (Millikin, 2000). Bağlanma yaralanmaları kavramı, bağlanma teorisi ve bu teorinin bir travma teorisi olarak anlaşılması bağlamında geliştirilmiştir (Johnson, 1996). Kavramın teorik alt yapısı; çocuk ve yetişkin bağlanma teorisi, Duygu Odaklı Evlilik Terapisi ve klinik deneyimlerden meydana gelmiştir (Millikin, 2000).

Bağlanma yaralanmaları; eşlerden biri, diğer eşe bağlanmanın doğasına zarar veren bir şey söylediğinde ya da yaptığıda meydana gelir (Johnson, 1996). Bağlanma yaralanmaları; kritik ihtiyaç anlarında ihanet ve terk etme ile şekillenen, insan bağlarının ihlali (violation of human connection) gibi düşünülebilir (Herman, 1992). İlişkide meydana gelen bu ihlaller güvensiz bağlanmayı ortaya çıkarır ya da var olan güvensiz bağlanma durumunu alevlendirir (Johnson, 1996).

Johnson (1996) bağlanma yaralanmalarını, bağlanma ihaneti ya da suçu, yani, bağlanmanın doğasına zarar veren ve aktif olarak şu anda tanımlanan ilişkinin şeklini etkileyen travmatik olaylar olarak tanımlamıştır.

Johnson ve Whiffen (1999) daha sonra bağlanma yaralanmalarını ve bağlanma yaralanmaları sonucunda ortaya çıkan etkileşimsel kalıpları tanımlamışlardır. Bu yaralanmalar, dışarıdan bir gözlemci tarafından gerçek dışı gibi görünebilir ya da evlilik dışı ilişki gibi açık bir şekilde güven ihlali olabilir. Bu olaylar özellikle, bireyin bilhassa kırılğan olduğu kritik ihtiyaç anlarında meydana gelir. Bu olaylar, ilişkinin güvenliğini tanımlayan bir olay, bir mihenk taşı olabilir.

Bağlanma yaralanmaları olayı, diğerinin güvenlik ve rahatlık sağlayacağına güvenilemeyeceğine ilişkin mesaj gönderen bir alarm, uyarı sistemi olarak çalışır. Yaralanan eş, eşine güven düzeyinde azalma deneyimleri ve eşinin güvenlik ve rahatlık sağlayamayacağına dolaylı olarak karar verebilir (Millikin, 2000).

Romantik eşlerden biri yardıma ihtiyaç duyduğu kritik bir anda eşini çağırdığında ya da yoğun bir şekilde kırılğan olduğu zaman, eşi tarafından önemsenmediğini hissettiren bir karşılık aldığı anda temel güven duygusu kırılır (Johnson, 1996).

Çoğu çift ilişkilerinde genel incinmeler yaşamaktadır, fakat bazılarının bu tür travmatik yaraları vardır (Johnson, 1996). Ancak her kritik ilişki sorunu bağlanma yaralanması değildir. İki çift kabaca benzer etkileşimlerle benzer şeyleri deneyimleyebilirler ve çiftlerden biri çok az sorunla bu durumun üstesinden gelirken, diğer çift önemli ilişki hasarı çekebilir (Millikin, 2000).

Bağlanma yaralanması olan bireyler, incinme zamanlarında genellikle duygusal olarak kırılğandırılar. Bağlanma yaralanması yaşayan bireylerin, ilişki doyumları ve güven düzeyleri düşüktür. Bu kişiler oldukça kaygılıdırlar ya da ilişkilerinde geri çekilmişlerdir. Genellikle bağlanma yaralanması yaşayan çiftlerde olaylar farklı farklı olsa da, süreç oldukça benzerdir (Millikin, 2000).

Bağlanma yaralanmaları, çok şiddetli korku ve çaresizliğe neden olan travmatik olaylardır ve çözömlenemezlerse romantik eşler arasındaki güveni ve yakınlığı son derece sınırlandırır. Travmatik olması ile ilişkili olarak bu olaylar ilerleyen zamanlarda travmatik flaşbekler şeklinde zamansızca ortaya çıkarlar ve ilişkide sorumluluk ve risk almayı engellerler (Johnson, 1996).

Bağlanma yaralanması söz konusu olduğunda yaralanmış eşler, rastgele ortaya çıkan imajları, olay ile ilişkili olarak kolaylıkla bu imajların kendilerini uyardığını ve bağlanma yaralanmasının oluşmasına yol açan olayların ya da benzerlerinin yeniden gerçekleşmesine ve bu olayların tekrar tekrar hatırlanmalarına karşı aşırı derece tetikte olduklarını ifade ederler. Bu eşler ayrıca, genel travma literatüründeki benzer olarak eşleriyle iletişimlerinde kendilerini uyuşmuş, hissizleşmiş hissettikleri hakkında konuşurlar. Bu olayların ölüm – kalım meselesi gibi hayati olduğunu söylerler. (Johnson, 1996).

Bağlanma yaralanmasına yol açan olaylar, ilk bakışta çok önemsiz görünebilirler ya da daha zorlayıcı doğaya sahip büyük olaylar olabilirler (Johnson, 1996). Bağlanmaya zarar veren olay, evlilik dışı bir ilişki kadar ağır ya da bir aile toplantısında çekilen fotoğrafın dışında kalmak kadar küçük olabilir (Akt. Millikin, 2001: Johnson, 1998). Bağlanma yaralanmasının gerçek olayının, ilişki bağının bozulmasının nedeni olması gerekli değildir. Bazı eşler, güvensiz bağlanmaya uzun süre dayanabilirler ve olay, güvensiz bağlanma durumunun sembolik bir göstergesi olarak hizmet eder. Bazıları da güvenli bağlara sahiptir ve olay ilişki yıpranmasının başlamasına neden olur (Millikin, 2000).

Bağlanma yaralanmaları, eşe bağlılığa dair adeta bir köşe taşıdır / mihenk taşıdır (Johnson, 1996).

Bağlanma yaralanması meydana geldiğinde yaralanmış eş olayı sürdürür yani uzatır ve çoğu zaman yaralayan eş olayları minimize ederek ya da sorunları basitleştirerek savunucu bir pozisyona çekilir (Johnson, 1996).

Bağlanma yaralanmaları olduğunu rapor eden danışanlar terapiye girebilir ve terapi değerlendirme aşamasında bağlanma yaralanması olayı hakkında konuşabilir. (Johnson, 1996). Bazıları bu olayı travmatik bir flaşbek olarak bildirebilir; diğerleri ise olayı, bağlanma yaralanmasının sembolik olayı gibi bildirebilirler (Akt. Millikin, 2000: Johnson, 1998).

Bağlanma yaralanmalarını tespit etmek bazen zor olabilir. Bağlanma yaralanmaları üzerine çalışma süreci, süreklilik ve sabır gerektirebilir (Millikin, 2000).

Bağlanma Yaralanmaları ile İlgili Araştırmalar

Millikin (2000), çiftlerde bağlanma yaralanmalarını tanımlamış ve “Duygu Odaklı Terapi” kullanarak bağlanma yaralanmalarının çözümlenmesi için bir model geliştirmiştir. Bağlanma yaralanmasına sahip çiftler, araştırmacı ve uzman klinisyenler tarafından tanımlanmıştır. Bağlanma yaralanmaları, Duygu Odaklı Terapi yaklaşımı kullanılarak çözümlenmiştir. Ön ve son testler ile bütün bağlanma yaralanmalarının çözümlendiği ölçülmüştür ve süreç ölçümleri, süreçteki değişiklikleri tanımlamıştır. Çalışmanın sonucunda, bağlanma yaralanmalarını sürdüren çiftler için amaçlanmış teorik değişim modeli sağlanmıştır.

Johnson, Makinen ve Millikin (2001), yeni tanımlanmış bir yapı olan "bağlanma yaralanmalarını" tanımlamışlar, tarif etmişler ve faaliyete geçirmişlerdir. "Bağlanma yaralanması" kavramı, bu çalışmada çiftlerde yıpranmaları hafifletmede kısa süreli amprik olarak geçerli bir yaklaşım Duygu Odaklı Terapi bağlamında tanımlanmıştır. Sonuç olarak bağlanma yaralanmaları olaylarının tarifi ve detaylı çözüm modelinin devam eden gelişimi aracılığıyla, bu yaralanmalar daha iyi tanınabilir, tanımlanabilir ve etkili bir şekilde tedavi edilebilir. Bunlarla ilişkili olarak kavramın terapötik destekleri ortaya koyulabilir.

Pelling (2003), master tezinde çift ilişkilerinde bağlanma yaralanmasının yaşanmış deneyimlerini keşfetmeyi amaçlamıştır. Bu nitel çalışmada, yorumlayıcı - fenomenolojik yaklaşımlar kullanılmıştır. Araştırma görüşmeleri, bağlanma yaralanmalarını açıklamaya yönelik açık uçlu sorular kullanılarak yürütülmüştür. Görüşmeler sonucunda altı tema ortaya çıkmıştır: İlişkisel bakım geçmişi, cevapsız eş, geri alınamaz geçmiş, diğer ilişkiler ve manevi inançlar aracılığıyla başa çıkma, ilişki üzerindeki uzun süreli etkiler ve kendi üzerindeki etkiler. Temalar daha sonra alt kategorilere ayrılmıştır. Çalışmanın sonuçları, travma literatürü ve bağlanma teorisi araştırma bulguları ile tutarlıdır. Sonuçlar, yaralanmış eş için bağlanma yaralanması deneyiminin daha derin anlaşılmasına imkân vermiştir.

Pelling ve Arvay-Buchanan (2004), heteroseksüel çift ilişkilerinde kadınların bağlanma yaralanması yaşanmış deneyimlerini keşfetmeyi amaçlamışlardır. Çalışmada, yorumlayıcı - fenomenolojik yaklaşım kullanılmıştır. Heteroseksüel çift ilişkilerinde bağlanma yaralanması olgusunu açıklamaya yönelik olarak üç ayrı araştırma görüşmelerine dört kadın katılmıştır. Çalışmanın sonucunda altı tema ortaya çıkmıştır. Sonuçlar, bağlanma ve travmatik kayıp literatüründeki bulgular ile tutarlılık göstermiştir.

Naaman ve diğerkleri (2005), çalışmalarında on seanslık Duygu Odaklı Terapi'den geçmiş iki çiftte bağlanma yaralanması çözüm modelini karşılaştırmışlardır. Her bir çiftin bağlanma yaralanmalarına ilişkin değişim sürecini incelemek için, görev analizi yöntemi kullanılmıştır. Bulgulara göre, yaralanması çözölmüş çift, yaralanması özölmemiş ifte göre etkileşimsel durumlarda daha çok farklılaşma ve daha yüksek düzeyde deneyim göstermişlerdir.

Aldatma, çok çeşitli şekilde meydana gelir. Çeşitli şekillere, farklı anlamlar yüklenebilir. Johnson (2005) tarafından yürütölen çalışmada sadece farklı aldatma şekillerini değil ayrıca çift ve evlilik terapisi alanında büyük bir sorununu tartışmıştır. Bu tartışma Duygu Odaklı Terapi kullanılarak ve yetişkin bağlanması bağlamında yapılmıştır.

Makinen ve Johnson (2006), bağlanma yaralanması özömlleme modelini doğrulamak için bir çalışma yapmışlardır. Bağlanma yaralanması olan 24 çift, ortalama 13 oturum Duygu Odaklı Terapi almıştır. Tedavinin sonunda 24 çiftin 15'i yaralanması özömlenmiş olarak tarif edilmiştir. Sonuçlar bağlanma yaralanması özömlleme modelini desteklemiş ve Duygu Odaklı Terapi ile özömllemenin çiftler için yararlı olduğu önerilmiştir.

Hiperseksöel davranış, romantik ilişkide eşler arasındaki bağlanma üzerinde yıkıcı etkileri olan bir davranıştır. Duyguların dizilimi ihanet, kargaşa, hayal kırıklığı, umutsuzluk, terk etme duygularını içeren bu bağlanma bozulmaları tarafından aktif hale getirilir. Bu bozulmaların onarılması, ilişkilerinde affetme ve güveni onaran çiftlere yardım etmenin zorlayıcı ve hassas tarafı olabilir. Reid ve Woolley (2006), çalışmalarında ilişkiler ve eşler arasındaki bağlanma üzerinde bu denli etkili olan hiperseksöel davranışın yol açtığı zararı onarmaya olanak tanıyan bir müdahale olarak çiftler için Duygu Odaklı Terapi kullanım sürecini tanımlamışlardır.

Halckuk, Makinen ve Johnson (2010), Duygu Odaklı Terapiye Dayalı Bağlanma Yaralanması özömlleme modelinin etkililiğini değerlendirmek için bir izleme çalışması yapmıştır. Duygu Odaklı Terapi alan bağlanma yaralanmasına sahip 20 çift, tedavi sonrasında 3 yıl boyunca izlenmiştir. Sonuçlar, bağlanma yaralanmasının etkisinin azalmasının yanında, çift uyumu, güven ve affetmede de gelişmeler olduğunu göstermiştir. Bu izleme alışması, Bağlanma Yaralanması özömlleme Modelinin uzun zamanlı yararlarına kanıt sağlamıştır.

Sayre, McCollum ve Spring (2010) tarafından yapılan çoklu vaka çalışması, yıpranmış üvey çift ilişkilerinde bağlanma yaralanması örnekleri olarak kadınların ilişkisel deneyimlerini ve bu deneyimlerin üvey çift durumlarını ne şekilde etkilediğini keşfetmişlerdir. Araştırmacılardan biri, bağlanma teorisinden geliştirilmiş açık uçlu görüşme sorularını kullanarak bağlanma yaralanması olan ve üvey aile formasyonu olan biyolojik çocukları ile birlikte beş üvey anne ile görüşmüştür. Yapılan veri analizleri sonucunda kadınların üvey çift ilişkilerinde bağlanma yaralanması göstergeleri keşfedilmiştir. Bağlanma yaralanmasının üve aile sorunlarını önemli bir şekilde etkileyen dört kategorisi olduğu görülmüştür. Bu bulgu, üvey çiftlerin karşılaştığı özel zorlukları öneren geçmiş üvey aile araştırmalarının sonuçlarını destelemektedir. Daha sonra bulgular, bağlanma yaralanması dilinin tam olarak üvey çiftlerin problemlerini tanımladığını ve bağlanma yaralanmaları çerçevesinde bu problemleri kavramsallaştırmanın ve onlara değinmenin kullanışlılığını ortaya koymuştur.

Greenberg, Warwar ve Malcolm (2010) tarafından yapılan çalışmanın amacı, duygusal yaralanmaları çözüme Duygu Odaklı Çift Terapisi müdahalesinin etkililiğini değerlendirmektir. 20 çifte ihanet, terk etme veya kimliksel aşağılanmadan kaynaklanan ve en az iki yıldır çözümlenememiş öfke ve yaralanmalarını çözümlemeleri için 10 – 12 seanslık yardım sunulmuştur. Tüm sonuçlar dikkate alındığında ve tedavi süresi bekleme süresi ile karşılaştırılması da göz önünde tutulduğunda, tedavi edilen çiftler önemli düzeyde daha iyi durumda oldular. Bütün bunlar, belirti ve belirti ve hedef şikayet ölçümlerinde iyileşmenin yanı sıra, karşılıklı memnuniyet, güven ve affetmede de önemli bir gelişim olduğunu göstermiştir. Yaralanmış eşlerin kötüye gittiği durumlarda güven haricinde, üç aylık izlemede tüm ölçümlerde değişiklikler sürdürülmüştür. Tedavi sonucunda, 11 çiftin eşlerini tamamen affettikleri, 6 çiftin affetme yolunda önemli aşama kaydettiği ve yalnızca 3 çiftin bekleme listesi periyodunun üzerine aşama kaydettiği gözlenmiştir. Sonuçlar, Duygu Odaklı Terapinin evlilik yıpranmasını hafiflettiği ve kısa sürede affetmeyi teşvik ettiğini ortaya koymuştur. Fakat değişimin kalıcılığını güçlendirmek için ek seanslar gerekli olabilir.

Schade ve Sandberg'nin (2012) bir vaka örneği sunmuşlardır. Bu vaka örneği çalışması, özellikle bağlanma yaralanmaları çözüm modelinden yararlanarak, Duygu Odaklı Terapi uygulamaları aracılığıyla evlilik dışı ilişkiye dayalı ihanetin üstesinden gelen bir terapistin gösterimidir. Modele uygulanırken, klinik tedavi uzmanlarına yaygın bir

klirik olay olan aldatmaya Duygu Odaklı Terapinin nasıl uygulanabileceğini bir örnek ile sağlayarak, kilit bir çift seansından gerçek bir diyalog dahil edilmiştir.

Chapman ve Caldwell'in (2012) çalışması, cinsiyet değiştirmiş (trans-identified) kişilerin çift ilişkileri ve bu konudaki literatürü araştırarak, bu karışıklığı deneyimleyen çiftler için Duygu Odaklı Terapi Bağlanma Yaralanmaları Çözüm Modelinin kullanılmasını amaçlamıştır. Bu modelin, cinsiyet değiştirmiş çiftlerde kullanılabilmesi için küçük uyarlamaların gerekli olduğunu belirtmişlerdir. Bir vaka örneğini, bu modelin potansiyelini ortaya koymak için kullanmışlardır.

Zuccarini, Johnson, Dalgleish ve Makinen (2012) tarafında yapılan çalışma, çiftler için Duygu Odaklı Terapi bağlamı içerisinde, Bağlanma Yaralanması Çözüm Modeli olarak bilinen, affetme ve yeniden uzlaşma modeli ile ilgili psikoterapi süreç araştırma bulgularını sunmaktadır. Genel ilişki yıpranması için bir müdahale olarak Duygu Odaklı Terapi için çıktılar ve Bağlanma Yaralanması Çözüm Modeli, başarılı bir şekilde test edilmiştir. Dokuz tane yaralanması çözülmüş ve dokuz tane de yaralanması çözülmemiş Duygu Odaklı Terapi çift vakalarının ses kayıtları danışan değişim süreci, Bağlanma Yaralanması Çözüm Modelinin geçerliği ve modelin her bir aşamasında kullanılan Duygu Odaklı Terapi müdahalelerini çalışmak için kullanılmıştır. Çalışma bulguları, yaralanması çözülmüş çiftlerin, yaralanması çözülmemişlerle karşılaştırıldığında, içsel deneyimlerinin daha temkinli olduğu ve daha kontrollü sürdüğünü ve kişiler arası cevaplarında daha katılımcı olduklarını göstermiştir. Seans içi performanslarda yaralanması çözülmemiş danışana karşı çözülmüş danışan temel dört bileşende ayrılmıştır. Bunlar, ikincil tepkisel duyguların duygusal cevap verebilirliğin şekillenmesine dayanan etkileşimlerle ve yaralayıcı olayın temel bağlanma ile ilişkili duygusal süreçlerine önemli dönüşümü ile ilişkilidir. Başarılı bağlanma yaralanması çözümünde anahtar Duygu Odaklı Terapi müdahaleleri de tanımlanmıştır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde çalışmanın yöntemine ilişkin bilgiler yer almaktadır. Bu doğrultuda araştırma modeli, ölçek geliştirme süreci, çalışma grubu, veri toplama araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgiler açıklanmıştır.

Araştırmanın Modeli

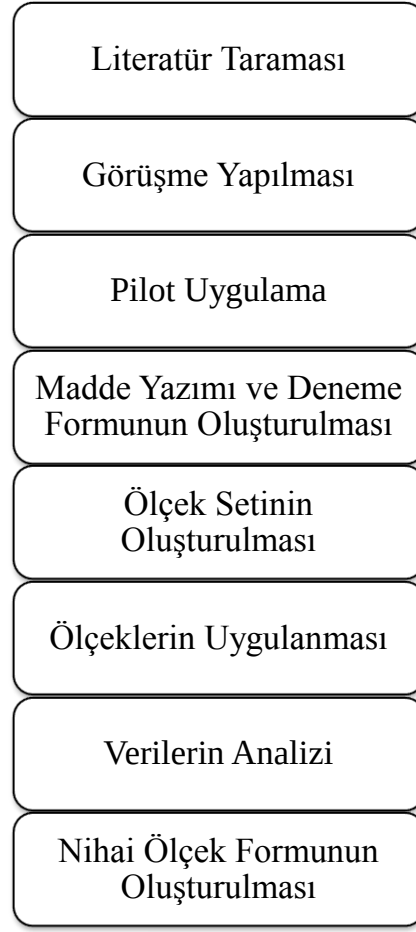
Bu çalışma Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanması kavramının yapısını ortaya koymayı ve bu kavramın ölçülmesine yönelik bir ölçme aracı geliştirmeyi amaçlayan bir ölçek geliştirme çalışmasıdır. Bu doğrultuda araştırmada ölçek geliştirme süreci basamaklarına uygun olarak çalışmalar yürütülmüştür. Ölçek geliştirme, ölçülmesi amaçlanan özelliğe ilişkin olarak bireyi sadece ilgili özellik ile ilgili olarak uyuracak uyarıcılar takımını ve bu uyarıcılara uygun tepki kategorilerini oluşturma sürecidir (Erkuş, 2012).

Ayrıca bu çalışma ölçek geliştirme çalışmasına dayalı olarak Bağlanma Yaralanmaları kavramının yapısını ortaya koymaya yönelik betimsel bir çalışmadır. Betimsel çalışmalarda genellikle verilen ya da var olan bir durumu, olabildiğince tam olarak, belli standartlar çerçevesinde değerlendirmek ve duruma ilişkin olarak var olan yapıları, ilişkileri vs. ortaya koyulur. Bu tür çalışmalarda esas olarak incelenen durumu etraflıca tanımlamak ve açıklamak amaçlanır (Çepni, 2010; Büyüköztürk ve ark., 2008).

Ölçek Geliştirme Süreci

Ölçek geliştirme süreci ile ilgili bilgilerin yer aldığı bazı kaynakların (DeVellis, 2003; Tavşancıl, 2010; Erkuş, 2012; Şeker ve Gençdoğan, 2006) incelenmesinin ardından araştırmacı tarafından ölçek geliştirme sürecine ilişkin adımlar belirlenmiştir. Bu çalışmada izlenen ölçek geliştirme sürecine ilişkin adımlar aşağıdaki şekilde verilmiştir:

Şekil 1. Tez Kapsamında İzlenen Ölçek Geliştirme Sürecine İlişkin Şekil



Literatür Taraması: Bağlanma yaralanmaları kavramı, bağlanma teorisi, duygu odaklı terapi literatürleri, bağlanma yaralanmalarını ölçmeye yönelik geliştirilmesi planlanan ölçek bağlamında taranmış ve incelenmiştir.

Görüşmelerin Yapılması: Literatür taraması ve incelemesine dayalı olarak, geliştirilmesi hedeflenen ölçeğin hedeflenen örneklem kapsamında kabul edilebilecek daha küçük bir örnekleme uygulanmak üzere 8 adet açık uçlu sorudan oluşan görüşme formu oluşturulmuştur. Oluşturulan bu görüşme formu en az bir yıllık evli ve 15'i kadın, 14'ü erkek olmak üzere toplamda 29 kişiye uygulanmıştır.

Madde Yazımı ve Deneme Formunun Oluşturulması: Yapılan görüşmelerden elde edilen veriler ve literatür taraması ve incelemelerine dayalı olarak, 30 maddeden oluşan ve 5'li likert tipi ölçek ile derecelendirilmesi istenen Bağlanma Yaralanmaları Olay Listesi (BYO) ve 52 maddeden oluşan 7'li likert tipi ölçek ile derecelendirilmesi istenen

Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği (RİBYÖ) formları oluşturulmuştur. Formlara araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu ve ölçüt geçerliliği kapsamında uygulanması planlanan İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ve İkili İlişkiler Güven Ölçeği (İİGÖ) de eklenerek, araştırma kapsamında uygulaması yapılacak ölçek seti oluşturulmuştur.

Pilot Uygulama: Oluşturulan ölçek seti 3'ü kadın 2'si erkek toplam 5 kişiye pilot uygulama kapsamında uygulanmıştır. Pilot uygulama araştırmacı tarafından katılımcılara birebir uygulanmış ve katılımcılardan alınan geri bildirimler doğrultusunda BYO ve RİBYÖ formlarında düzenlemeler yapılmış ve ölçek setinin ortalama uygulama süresi belirlenmiştir.

Ölçeklerin Uygulanması: Pilot uygulamanın ardından son hali verilen ölçek seti en az bir yıllık evli 262 kadın, 148 erkek toplamda 410 kişiye uygulanmıştır. Uygulama sonrasında elde edilen veriler bağlanma yaralanmaları olay listesinde en az bir olay yaşadığını bildiren katılımcılar analiz için örnekleme dâhil edilecek şekilde, yani bağlanma yaralanmaları olay listesinde yer alan olaylardan herhangi birini yaşamadığını bildiren katılımcıların verilerini örneklem dışı bırakacak şekilde düzenlenmiştir ve analiz için son olarak 234 kadın, 125 erkek toplam 359 kişiden elde edilen veriler kullanılmaya hazır hale getirilmiştir.

Verilerin Analizi: 234 kadın, 125 erkek toplam 359 kişiden elde edilen veriler SPSS 21.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği'nin yapı geçerliğini test etmek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda ölçek deneme formundan atılacak maddeler belirlenmiştir. Ölçek formundan çıkarılması gereken maddeler çıkarıldıktan sonra Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği toplam puanları elde edilmiştir. Ölçeğin ölçüt geçerliğine kanıt oluşturmak amacıyla ilişkili olabileceği düşünülen ölçek puanları ile ilişkilerini incelemek için Pearsons Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılmıştır. Ölçeğin güvenilirliğine kanıt oluşturmak için de Cronbach Alpha güvenirlik katsayısına bakılmıştır. Son olarak da Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanması kavramına ilişkiler bulguları ortaya koymak amacı ile Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla veri toplanan değişkenlere göre karşılaştırmalar Bağımsız Örneklem İÇİN t-testi, Tek Yönlü Anova ve Pearsons Momentler Çarpımı Korelasyonu kullanılarak analiz edilmiştir

Nihai Ölçek Formunun Oluşturulması: RİBYÖ deneme formundan elde edilen veriler üzerinden yapılan AFA ile geçerlik ve güvenirliğe ilişkin analizlerden yola çıkılarak RİBYÖ'nin nihai formu oluşturulmuştur.

Araştırma Grubu

Bu çalışmanın araştırma grubunu en az bir yıllık evli 234'ü kadın, 123'ü erkek toplamda 359 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır. Araştırma grubunun seçilmesinde amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme; belirli, sınırlayıcı ve ulaşılması güç bireysel özelliklere sahip bireyler üzerinde yapılması uygun olan bir örnekleme tekniğidir (Erkuş, 2011). Araştırma grubuna ilişkin betimsel istatistik değerleri aşağıdaki tabloda verilmiştir:

Tablo 1: Araştırma Grubuna İlişkin Betimsel İstatistikler

Değişken		N	%	Min	Max	X	S.S	Missing
Cinsiyet	Kadın	234	%65,2					
	Erkek	125	%34,8					
	Toplam	359	%100					
Yaş		353	%99,2	21	75	35,68	8,47	3
Eğitim Düzeyi	İlkokul	18	%5,0					
	Ortaokul	7	%1,9					
	Lise	40	%11,1					
	Lisans	218	%60,7					
	Lisansüstü	72	%20,1					
	Toplam	355	%98,9					4
Evlilik Biçimi	Görücü usulü	72	%20,1					
	Flört	245	%68,2					
	Diğer	38	%10,6					
	Toplam	355	%98,9					4
Evlilik süresi		357	%99,4	1	44	10,74	8,82	2
Çocuk sayısı		354	%98,6	0	6			5

Ölçme Araçları

Bu çalışma kapsamında veri toplamak amacıyla aşağıdaki ölçme araçları kullanılmıştır:

Görüşme Formu: Araştırmacı tarafından, Bağlanma Yaralanmaları Olay Listesi oluşturmak ve Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği'ne madde yazmak amacıyla oluşturulmuş 8 adet açık uçlu sorudan oluşan nitel görüşme formudur.

Kişisel Bilgi Formu: Bu çalışmada kullanılmak üzere araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, evlilik biçimi, evlilik süresi, sahip oldukları çocuk sayısı ve kendilerinin, eşlerinin ve çift olarak psikolojik yardım alıp almamalarına ilişkiler bilgileri bu “Kişisel Bilgi Formu” ile sorulmuştur.

Bağlanma Yaralanmaları Olay Listesi: Araştırmacı tarafından, ilişkisinde çeşitli problemler yaşayan evli bireyleri belirleyebilmek amacıyla, toplanan nitel verilerden yola çıkılarak evlilik ilişkisinde yaşanabilecek 31 olaydan oluşan bir liste oluşturulmuştur. Katılımcılardan bu olayları ilişkilerinde yaşama sıklıklarını 5li likert tipi derecelendirme ile puanlamaları istenmiştir. “0: Asla”, “1: Nadiren”, “2:Bazen”, “3: Çoğu Zaman”, “4: Her Zaman” anlamına gelmektedir.

Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği: Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği (RİBYÖ) bu tez çalışmasının amacı doğrultusunda geliştirilmiştir.

İlişki Ölçekleri Anketi: Griffin ve Bartholomev (1994) tarafından geliştirilen ve Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçeye çevrilip uyarlanan İlişki Ölçekleri Anketi, yakın ilişkiler bağlamında yetişkin bağlanma stillerini ölçmeyi amaçlayan bir ölçektir. Ölçek dört boyuttan (güvenli, kayıtsız, korkulu, saplantılı) ve 17 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin iç tutarlık katsayıları .27 ile .61 arasındadır. Test tekrar test güvenilirliği ile edilen korelasyonlar .54 ile .78 arasındadır. Güvenli ve korkulu bağlanma stili alt boyutlarını içeren birinci faktör varyansın %43’ünü, kayıtsız ve saplantılı bağlanma stili alt ölçekleri içeren ikinci faktör varyansın % 33’ünü açıklamaktadır.

İkili İlişkiler Güven Ölçeği: Larzelere ve Hutson (1980) tarafından geliştirilen ve Çetinkaya, Kemer, Bulgan ve Tezer (2008) tarafından Türkçeye uyarlanıp çevrilen İkili İlişkiler Güven Ölçeği (İİGÖ), romantik ilişkisi veya evlilik ilişkisi olan bireylerin bu ilişkilerde yaşadıkları güveni ölçmeyi amaçlamaktadır. İİGÖ, 7 maddeden oluşan tek boyutlu bir ölçme aracıdır. Ölçeğin Cronbach alpha ile hesaplanan iç tutarlık katsayısı .81’dir. Madde – artık korelasyonu ise, .38 ile .83 arasında değişmektedir. Ölçeği oluşturan 7 maddenin toplam açıklanan varyansı % 62 dir.

BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde araştırmaya ait bulgular ve elde edilen bulgulara dayalı yorumlara yer verilmiştir.

Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği'ne İlişkin Açımlayıcı Faktör Analizi

Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği'nin (RİBYÖ) deneme formunun uygulanmasından elde edilen verilerin, faktör analizi yapmaya uygun olup olmadığını belirlemek üzere ilk olarak Keiser-Meyer-Olkin(KMO) ve Barlett testleri yapılmıştır. Yapılan bu testlerin sonuçları tabloda verilmiştir:

Tablo 2: KMO ve Barlett Testi Sonuçları

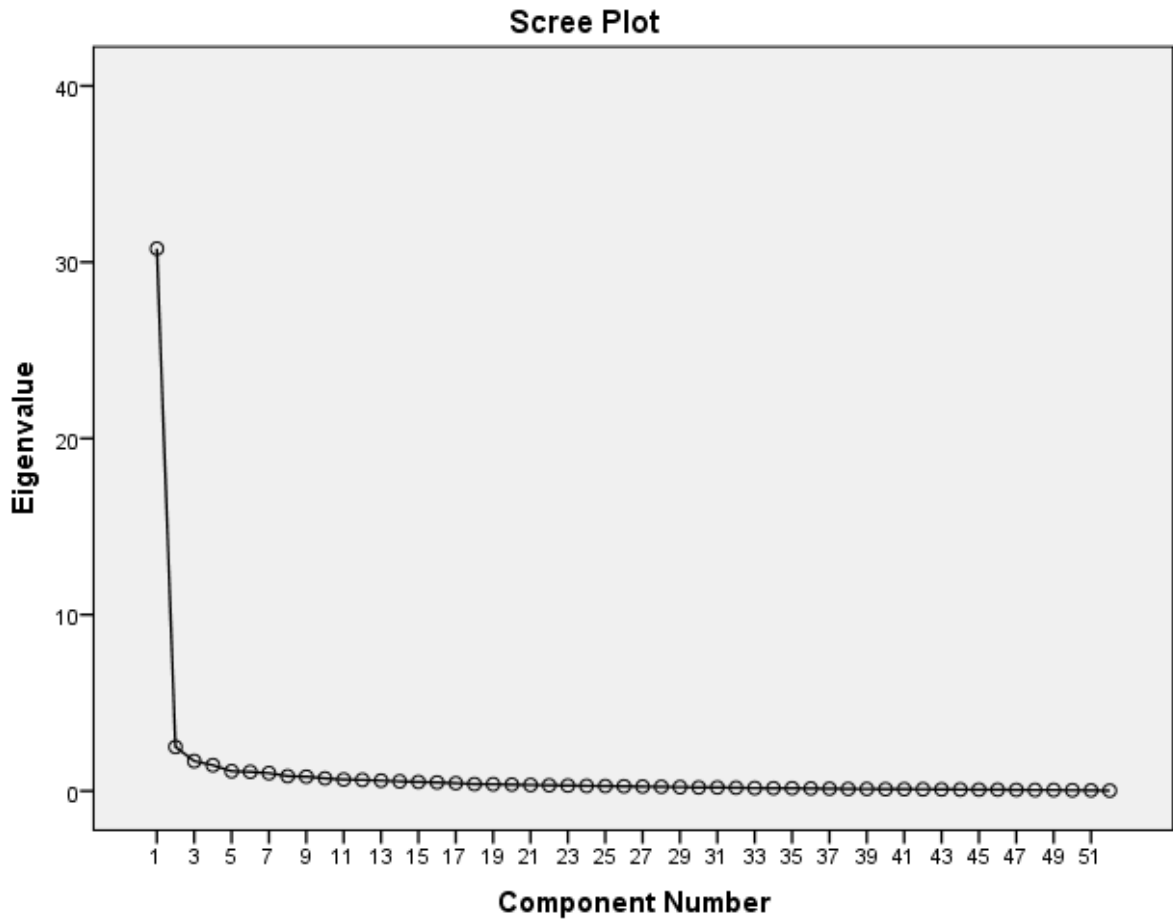
Keiser-Meyer-Olkin Örneklem Uyum Ölçüsü		0,964
Barlett Küresellik Testi	X^2	17041,498
	sd	1326
	p	0,000

Tablo 2'de görüldüğü gibi, hesaplanan KMO uyum ölçüsü değeri 0,964'tür. Bu değer kritik değer olarak kabul edilen 0,70'in üzerindedir. KMO istatistiklerinin 0,50'den büyük olması kabul edilebilir; 0,50 ve 0,70 arası ortalama; 0,70 ve 0,80 iyi; 0,80 ve 0,90 arası mükemmel ve 0,90 ve üzeri ise harika olarak kabul edilmektedir (Hutcheson ve Sofroniou, 1999). Ayrıca hesaplanan Barlett Küresellik Testi ise 17041,498 olup 0,001 düzeyinde anlamlıdır ($X^2_{1326}=17041,498$). Bu bulgulara göre, RİBYÖ'nin deneme formundan elde edilen veriler, faktör analizi yapmaya uygundur (Tabachnick ve Fidell, 2001).

RİBYÖ'nin deneme formundan elde edilen verilerin, faktör analizi yapmaya uygun olduğu belirlendikten sonra, deneme formunda yer alan 52 maddeye ilişkin olarak Açıklayıcı Faktör Analizi(AFA) yapılmıştır.

İlk olarak 52 madde üzerinden herhangi bir faktör kısıtlaması yapılmadan AFA yapılmıştır. Bu faktör analizi sırasında Principal Axis Factoring ve Direct Oblimin Döndürme Yöntemi kullanılmıştır. Yapılan ilk AFA sonucunda elde edilen bulgular aşağıdaki gibidir:

Tablo 3: Yapılan İlk AFA Sonucunda Elde Edilen Saçılım Grafiği



Tablo 4: Yapılan İlk AFA Sonucunda Elde Edilen Madde Faktör Yükleri

Pattern Matrix ^a							
	Madde Faktör Yükleri						
	1	2	3	4	5	6	7
BYÖ24	-,465				-,429		
BYÖ6	-,412					,337	
BYÖ7		,715					
BYÖ3		,678					
BYÖ9		,557			-,447		

BYÖ12	,531		
BYÖ2	,527		
BYÖ1	,490	,304	
BYÖ34	,382	,396	
BYÖ13		,746	
BYÖ46		,718	
BYÖ11		,676	
BYÖ49		,613	,305
BYÖ51		,613	
BYÖ50		,592	
BYÖ14		,840	
BYÖ15		,819	
BYÖ21		,507	,363
BYÖ16		,429	-,328
BYÖ17		,405	-,337
BYÖ25		,343	,327
BYÖ35		,332	
BYÖ31			-,758
BYÖ29			-,707
BYÖ32			-,676
BYÖ38			-,662
BYÖ30			-,625
BYÖ22			-,608
BYÖ37			-,600
BYÖ20			-,574
BYÖ28			-,563
BYÖ19			-,532
BYÖ8	,431		-,531
BYÖ26			-,503
BYÖ27			-,461
BYÖ23			-,396
BYÖ39		,301	-,354
BYÖ18			-,317
BYÖ43			,780
BYÖ42			,721
BYÖ44			,530
BYÖ4	,411		,488
BYÖ45		,228	-,343
BYÖ48		,371	,434
BYÖ52		,311	,418
BYÖ10		,337	,406
BYÖ47			,395
BYÖ40			,356
BYÖ41			,271
BYÖ33			,811
BYÖ5	,362		,378
BYÖ36			,308

Yapılan ilk AFA sonucunda elde edilen bulgulardan yola çıkılarak ilk olarak maddeler arası korelasyonu .80'den yüksek olan ve sonra da birden fazla faktöre aralarında .10 dan daha az fark olacak şekilde yük veren yani binişik maddelerin atılmasının ardından 2 faktörlü ancak faktörler altında toplanan maddelerin anlamlı ortak bir bütünlük oluşturmadıkları bir modele ulaşılmıştır. Bunun ardından faktör sayısı bire kısıtlanarak AFA yapılmış ve maddeler arası korelasyonun .80'den yüksek olduğu maddeler atılarak 35 maddelik tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Bu doğrultuda atılan maddeler şunlardır: 9, 14, 18, 19, 20, 27, 28, 30, 32, 36, 37, 40, 42, 45, 47, 49, 50. Elde edilen bu yapıya ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir:

Tablo 5: Tek Faktörlü Olarak Elde Edilen Yapıya İlişkin Bulgular

Madde No	Maddeler	Faktör Yükleri
44	Eşimle paylaştığım şeyler azaldı.	,879
23	Yaşadığımız sorunlardan dolayı eşimle birbirimizden oldukça uzaklaştık.	,855
25	Yaşadıklarımız, evliliğimizde onarılamaz bir yara açtı.	,848
22	Eşimle yaşadığım bu sorunlar canımı çok yakıyor.	,838
35	Eşimle bir daha asla eskisi gibi olamayız.	,826
38	Bu olaydan/olaylardan sonra, kendime güvenim azaldı.	,822
51	Eşimin bana değer verdiğini düşünmüyorum.	,820
41	Eşimin davranışları/yaptıkları ile daha az ilgileniyorum.	,818
4	Eşime karşı duygusal boşluk yaşıyorum.	,815
31	Sürekli bu olayı/ olayları düşünüyorum.	,812
10	Eşimle yakınlık kurmaktan kaçıyorum.	,797
26	Eşimle yaşadıklarımızın ardından, kendimi terk edilmiş hissediyorum.	,797
21	Evliliğimizin düzeleceğine dair umudum yok.	,787
17	Yaşadığımız sorunları eşimin yeterince önemsemediğini düşünüyorum.	,783
52	Kendimi ihanete uğramış hissediyorum.	,773
46	Gerektiğinde eşimin benim için fedakârlık yapacağını düşünmüyorum.	,759
5	Eşime karşı hiçbir şey hissetmediğim (olumlu ya da olumsuz) zamanlar oluyor.	,754
24	Eşim tarafından kandırıldığımı düşünüyorum.	,753
8	Eşim tarafından tekrar incitilmekten korkuyorum.	,739
43	Evliliğe ailem üzülmessin diye katlanıyorum.	,737
16	Yaşadığımız bu sorunlar ile ilgili ne yapmam gerektiğini bilmiyorum.	,721
15	Yaşadığımız bu sorunları çözmek için elimden bir şey gelmez.	,716
2	Olayı/olayları hatırlamaktan korkuyorum.	,716
48	Evliliğimiz için çaba harcamıyorum.	,713
39	Bu olaydan/olaylardan sonra, kendi kendime yetmeye çalışıyorum.	,713
13	Yaşadığım kötü olaylarda/karşılaştığım sorunlarda eşimin bana destek olacağını düşünmüyorum.	,694
29	Yaşadıklarımızla ilgili kötü rüyalar görüyorum	,688
6	Eşime güvenmiyorum.	,677
11	Eşimin, ihtiyaç duyduğumda yanımda olacağını düşünmüyorum.	,637

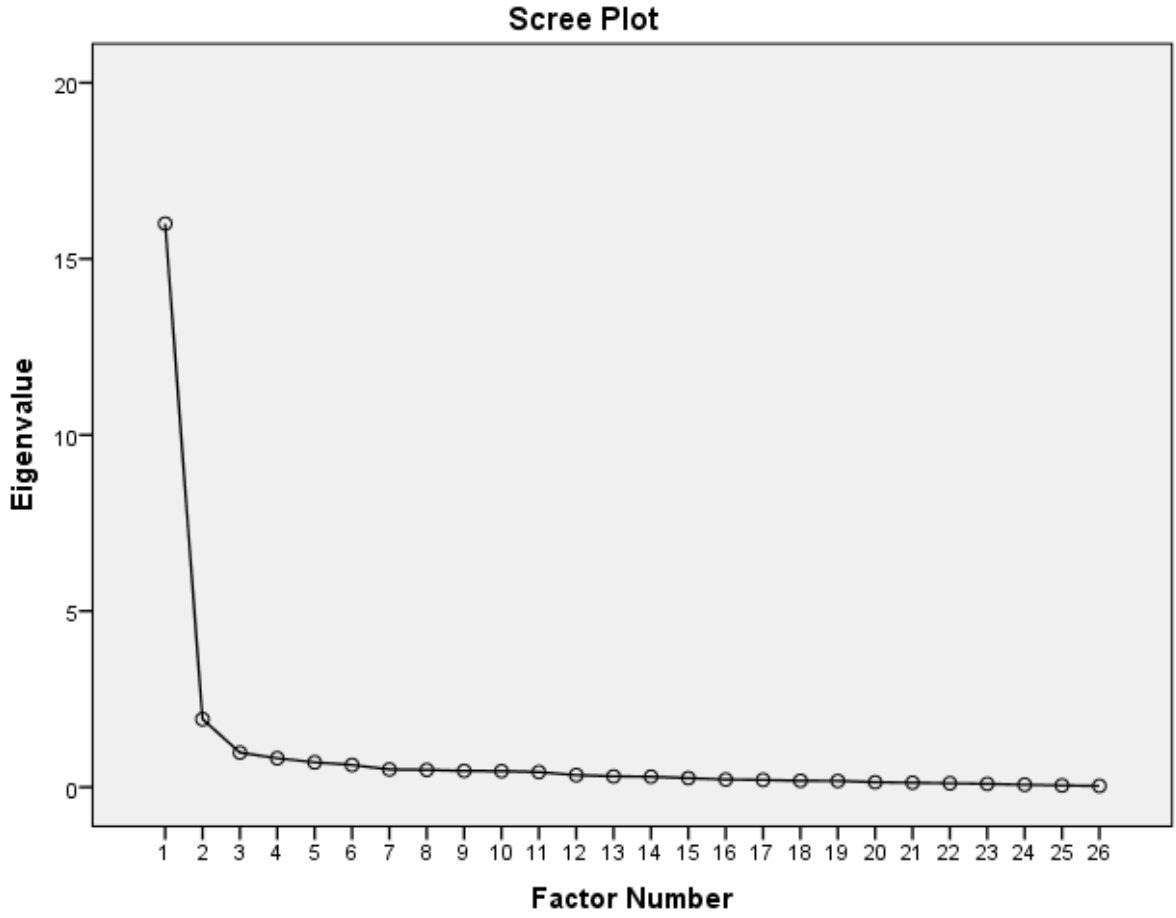
1	Bu olayla/olaylarla ilgili anılar rastgele aklıma geliyor.	,631
12	Zaman zaman olayla/olaylarla ilgili hiçbir şey hissetmiyorum.	,583
34	Olaya/olaylara ilişkin düşünceler, rastgele ortaya çıkıyor.	,560
3	Yaşanan bu olayı/olayları hatırlamamaya çalışıyorum.	,524
7	Yaşanan bu olaya/olaylara ilişkin duygularım değişkendir.	,472
33	Eşimi güvenli bir sığınak olarak görüyorum.	,457
	Faktör Öz Değeri	18,990
	Açıklanan Varyans	54,257

Tek faktöre kısıtlanan AFA sonucunda elde edilen yapı 35 maddeden oluşmuştur. Bu tek faktörlü yapıda yer alan maddelerin madde faktör yükleri 0,879 ile 0,457 arasında değişmektedir. 35 maddeden oluşan tek faktörlü yapının açıkladığı varyans %54,257 olarak bulunmuştur.

Daha sonra yapılan Açıklayıcı Faktör Analizi'nin farklı yöntemler kullanılarak denenmesi amacıyla yeniden AFA yapılmıştır. Bu doğrultuda, RİBYÖ'nin deneme formunda yer alan 52 maddeden 26 madde aykırı değer olarak analiz dışı bırakılmıştır. Analiz sonucunda ölçek dışında bırakılan maddeler şunlardır: 4, 5, 6, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 24, 26, 27, 28, 33, 34, 37, 38, 39, 46, 52.

Aykırı değer olarak atılan maddeler sonucunda RİBYÖ'de 26 madde kalmıştır. Kalan 26 madde, Principal Axis Factoring ve Promax döndürme yöntemleri kullanılarak analiz edilmiştir. Bu analiz sırasında ölçek maddeleri 2 faktöre kısıtlanmıştır. 2 faktöre kısıtlanarak yapılan AFA sonucunda elde edilen bulgular aşağıda verilmiştir:

Tablo 6: RİBYÖ'nün Saçılım Grafiği



Tablo 7: İki Faktörlü Olarak Elde Edilen Yapıya İlişkin AFA Sonuçları

Madde No	Faktörler ve Madde Faktör Yükleri
50 Eşim için önemli olduğumu hissetmiyorum.	,980
35 Eşimle bir daha eskisi gibi olamayız.	,951
49 Eşimin hayatında önceliğim olduğunu düşünmüyorum.	,918
42 Evliliğe çocuğum için katlanıyorum.	,915
51 Eşimin bana değer verdiğini düşünmüyorum.	,913
44 Eşimle paylaştığım şeyler azaldı.	,849
48 Evliliğimiz için çaba harcamıyorum.	,836
23 Yaşadığımız sorunlardan dolayı eşimle birbirimizden oldukça uzaklaştık.	,806
40 Bu olaydan/olaylardan sonra, eşime olan ilgim azaldı.	,789
36 Bu olayla/olaylarla ilgili olarak eşim, beni anlamak için yeterince çaba göstermiyor.	,787
25 Yaşadıklarımız evliliğimizde onarılamaz bir yara açtı.	,769
45 Eşimin benimle paylaştığı şeyler azaldı.	,767
21 Evliliğimizin düzeleceğine dair umudum yok.	,727

47	Eşimle daha az vakit geçiriyorum.	,726	
43	Evliliğe ailem üzülmessin diye katlanıyorum.	,726	
41	Eşimin davranışları/yaptıkları ile daha az ilgileniyorum.	,705	
15	Yaşadığımız bu sorunları çözmek için elimden bir şey gelmez.	,616	
2	Olayı/olayları hatırlamaktan korkuyorum.	,864	
8	Eşim tarafından tekrar incitilmekten korkuyorum.	,794	
3	Yaşanan bu olayı/olayları hatırlamamaya çalışıyorum	,766	
32	Zamanımın çoğunda zihnim bu olay/olaylar aklıma geliyor.	,688	
31	Sürekli bu olayı/olayları düşünüyorum.	,656	
7	Yaşanan bu olaya/olaylara ilişkin duygularım değişkendir.	,636	
1	Bu olayla/olaylarla ilgili anılar rastgele aklıma geliyor.	,610	
29	Yaşadıklarımızla ilgili kötü rüyalar görüyorum.	,610	
30	Eşimle ilgili daha çok bu olay/olaylar aklıma geliyor.	,597	
Faktör Öz değerleri		16,001	1,928
Açıklanan Varyans		60,374	5,849
Toplam Açıklanan Varyansın %		60,374	66,223

Tablo 8: RİBYÖ'nün Faktörler Arası Korelasyon Tablosu

Faktör Korelasyon Matrisi		
Factor	1	2
1	1,000	,738
2	,738	1,000

Yukarıdaki tablolar incelendiğinde, ölçeğin deneme formunda yer alan maddelerden 26 tanesi aykırı değer olarak çıkarıldıktan sonra kalan 26 maddenin yapılan AFA sonucunda iki faktör altında toplandıkları görülmüştür.

Birinci faktör altında yer alan maddeler bireyin eşi ve ilişkisine dair ifadelerden oluşmaktadır. Birinci faktör altında 17 madde yer almaktadır. Bu maddelerin faktör yükleri ,980 ile ,616 arasındadır. Birinci faktöre ilişkin açıklanan varyans ise % 60, 374'tür.

İkinci faktör altında yer alan maddeler, bireyin kendisine dair ifadelerden oluşmaktadır. İkinci faktör altında 9 madde yer almaktadır. Bu maddelerin faktör yükleri ise ,864 ile ,597 arasındadır. İkinci faktöre ilişkin açıklanan varyans ise % 5,849'dur.

Ölçekte yer alan iki faktörün birlikte açıkladıkları varyans, % 66, 223 ve iki faktör arasındaki korelasyon katsayısı ise $r=,738$ 'dir. Faktörler arasında pozitif yönde yüksek korelasyon vardır.

Analizler Doğrultusunda Kabul Edilecek Yapıya Karar Verilmesi

Yapılan AFA sonuçlarına göre iki farklı model elde edilmiştir. Modellerden ilki tek faktörlü yapıya ait 35 maddelik ölçektir. İkinci model ise, iki faktörden oluşan 26 maddelik ölçektir. Elde edilen bu iki modeller, modellerden birini kabul etmek üzere karşılaştırılmıştır. İlk olarak her iki yapının toplam açıkladıkları varyansa bakılmıştır. Buna göre ikinci modelin toplam açıkladığı varyans, birinci modelden daha yüksektir.

İkinci olarak madde faktör yüklerine bakılmıştır. Madde faktör yükleri açısından da bakıldığında ikinci faktörde yer alan maddelerin, birinci faktörde yer alan maddelerden daha yüksek yüklerde oldukları görülmüştür. Madde faktör yüklerine ilişkin ranj ikinci modelde, birinci modelden daha düşüktür.

Son olarak madde ve faktör sayısı açısından değerlendirildiğinde, birinci modelin 35 ikinci modelin 26 maddeden oluştuğu ve birinci model tek faktörden oluşurken ikinci model iki faktörde oluşmaktadır. Madde sayıları açısından 26 maddelik form, 35 maddelik formdan daha kullanışlı görünmektedir. Çünkü madde sayısı daha az olduğunda, ölçek uygulama esnasında katılımcıların cevap vermedeki isteklilik ve dikkatleri daha uzun süre devam etmektedir. Ayrıca bilimin temel işlevleri göz önünde tutulduğunda da, iki faktörlü yapının bilimin açıklama işlevine, tek faktörlü yapıdan daha çok hizmet ettiği söylenebilir.

Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda, yapılan analizler sonucunda elde edilen iki modelden iki faktör ve 26 maddeden oluşan ikinci yapının ölçeğin nihai formu olarak kullanılmasına karar verilmiştir ve bundan sonra yapılacak analizlerde bu yapı doğrultusunda ölçek maddeleri kullanılmıştır.

RİBYÖ'nin Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayılarına İlişkin Bulgular

RİBYÖ'nün AFA sonucunda ortaya koyulan iki faktöründe yer alan maddeler ve ölçeğin tamamında yer alan maddelere ilişkin olarak iç tutarlık güvenirliliğine kanıt olarak hesaplanan Cronbach alfa güvenirlik katsayılarına ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda verilmiştir.

Tablo 9: İki Faktör ve Ölçeğin Tamamına İlişkin Cronbach Alfa Güvenirlik Katsayıları

	1.Faktör	2.Faktör	Ölçeği Bütünü
Madde Sayısı	17	9	26
Cronbach Alfa	,98	,91	,97

Tablo 9’ daki değerlere göre, ölçeğin Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 1. Faktör için 0,98; 2. Faktör için 0,91 ve ölçeğin bütünü için 0,97’de. Elde edile bu katsayılar hem her bir faktör için hem de ölçeğin tamamı için kabul edilebilir düzeydedir ve ölçeğin iç tutarlılık güvenirliğine sahip olduğunun göstergesidir.

RİBYÖ’nün Ölçüt Geçerliğine İlişkin Bulgular

RİBYÖ’nün ölçüt geçerliğine ilişkin kanıt sunabilmek için yetişkin bağlanma stillerini ölçmek amacıyla geliştirilen Bartholomew ve Horowitz (1991), tarafından geliştirilen ve Sümer ve Güngör (1999) tarafından Türkçe’ye çevrilip uyarlama çalışması yapılan İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ve romantik ilişkisi olan ya da evli bireylerin, ilişkilerinde yaşadıkları güven düzeyini ölçmeyi amaçlayan Larzelere ve Hutson (1980) tarafından geliştirilip; Çetinkaya, Kemer, Bulgan ve Tezer (2008) tarafından Türkçeye çevrilip uyarlanan İkili İlişkiler Güven Ölçeği (İİGÖ) kullanılmıştır. Aşağıda RİBYÖ’den elde edilen puanlar ile İÖA ve İİGÖ’nden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiler verilmiştir.

RİBYÖ ile İÖA Arasındaki İlişkilere İlişkin Bulgular

RİBYÖ’den elde edilen Factor1, Factor2 ve toplam puanlar ile bağlanma stillerinin dört alt boyutundan elde edilen puanlar ve ilişki güven ölçeğinden elde edilen toplam puanlar arasında ilişkilere bakılmıştır. Değişkenlere ilişkin bulgular aşağıdaki tabloda verilmiştir:

Tablo 10. RİBYÖ, İÖA Ve İİGÖ Puanlarına İlişkin Pearson’s Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayıları

Değişkenler	N	r	p
Factor1*Güvenli	359	,00	,95
Factor1*Korkulu	359	,23	,00
Factor1*Saplantılı	359	,07	,11
Factor1*Kayıtsız	359	,14	,01
Factor1*GüvenToplam	359	,58	,00
Factor2*Güvenli	359	,01	,93
Factor2*Korkulu	359	,28	,00
Factor2*Saplantılı	359	,15	,00
Factor2*Kayıtsız	359	,19	,00
Factor2*GüvenToplam	359	,56	,00
BYÖ*Güvenli	359	,00	,99
BYÖ*Korkulu	359	,26	,00
BYÖ*Saplantılı	359	,11	,03
BYÖ*Kayıtsız	359	,17	,00
BYÖ*GüvenToplam	359	,61	,00

Tablo 10 incelendiğinde, Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği Factor1 ile güvenli bağlanma ($r=0,00$, $p>.05$) ve saplantılı bağlanma ($r=0,07$, $p>.05$) stilleri arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. Ancak Factor1 ile korkulu bağlanma ($r=0,23$, $p<.05$) ve kayıtsız bağlanma ($r=0,14$, $p<.05$) stilleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişkili bulunmuştur. Factor1 puanları ile ilişki güven düzeyleri arasında da pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur ($r=0,58$, $p<.05$).

Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği Factor2 ile güvenli bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($r=0,01$, $p>.05$). Factor2 ile saplantılı ($r=0,28$, $p<.05$), korkulu ($r=0,15$, $p<.05$) ve kayıtsız ($r=0,19$, $p<.05$) bağlanma stilleri arasında pozitif yönde düşük düzeyli anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Factor2 puanları ile ilişki güven düzeyleri arasında da pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur ($r=0,56$, $p<.05$).

Romantik İlişkilerde Bağlanma Ölçeği toplam puanları ile güvenli bağlanma stili arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır ($r=0,00$, $p>.05$). RİBYÖ toplam puanları ile korkulu ($r=0,26$, $p<.05$), kaygılı ($r=0,11$, $p<.05$) ve kayıtsız ($r=0,17$, $p<.05$) bağlanma stilleri arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. RİBYÖ toplam puanları ile ilişki güven düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyli anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur ($r=0,61$, $p<.05$).

RİBYÖ Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi

Aşağıda RİBYÖ'den elde edilen Factor1, Factor2 ve toplam puanların cinsiyete göre karşılaştırmasına ilişkin bulgular verilmiştir:

Tablo 11. RİBYÖ Factor1, Factor2 Ve Toplam Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırmasına İlişkin T-Testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S	Sd	t	p
Factor1	Kadın	234	32,49	22,20	235,35	,11	,91
	Erkek	125	32,22	24,07			
Factor2	Kadın	234	21,38	11,28	357	1,64	,10
	Erkek	125	19,41	9,94			
RİBYÖ	Kadın	234	53,87	31,72	251,96	,63	,53
TOPLAM	Erkek	125	51,63	31,93			

Tablo 11 İncelendiğinde Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği Factor1 ($t(235,35)=0,11$, $p>.05$), Factor2 ($t(357)=1,64$, $p>.05$) ve toplam puanlarının ($t(251,96)=0,63$, $p>.05$) cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur.

RİBYÖ Puanlarının Evlilik Türüne Göre Karşılaştırılması

Aşağıda RİBYÖ Factor1, Factor2 ve toplam puanlarının evlilik türüne göre karşılaştırılmasına ilişkin bulgulara yer verilmiştir:

Tablo 12. RİBYÖ Factor1, Factor2 Ve Toplam Puanlarının Evlilik Türüne Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Tek Yönlü ANOVA Sonuçları

		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Factor1	Gruplar arası	1534,50	2	767,25	1,46	,23
	Grup içi	184634,11	352	524,53		
	Toplam	186168,61	354			
Factor2	Gruplar arası	477,82	2	238,91	2,02	,13
	Gruplar içi	41620,66	352	118,24		
	Toplam	42098,48	354			
BYÖ Toplam	Gruplar arası	3166,05	2	1583,03	1,56	,21
	Grup içi	41620,66	352	1014,87		
	Toplam	360398,39	354			

Tablo 12 İncelendiğinde Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği Factor1 ($F(2, 352)=1,46$, $p>.05$), Factor2 ($F(2, 352)=2,02$, $p>.05$) ve toplam ($F(2, 352)=1,56$, $p>.05$) puanlarının evlilik türüne göre anlamlı olarak farklılaşmadıkları bulunmuştur.

RİBYÖ Puanları ile Evlilik Süresi Arasındaki İlişkiler

Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları düzeyinin evlilik süresi ile anlamlı düzeyde ilişkili olup olmadığını incelemek üzere RİBYÖ alt boyutları ve toplam puanlarının evlilik süresi arasındaki Pearsons Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonuçları aşağıdaki tabloda verilmiştir:

Tablo 13. Ribyö Alt Faktör Puanları Ve Toplam Puanları İle Evlilik Süresi Arasındaki Pearsons Momentler Çarpımı Katsayıları

Değişkenler	N	R	p
Factor1*Evlilik Süresi	357	,13	,01
Factor2*Evlilik Süresi	357	-,06	,27
ToplamPuan*Evlilik Süresi	357	,07	,16

Tablo 13 incelendiğinde evlilik süresi ile RİBYÖ Factor2 ($r=-0,06$, $p>.05$) ve RİBYÖ toplam puanları ($r=0,07$, $p>.05$) arasında anlamlı ilişkilerin bulunmadığı görülmektedir. RİBYÖ Factor1 puanları ile evlilik süresi arasında ise pozitif yönde düşük düzeyli anlamlı ilişkilerin bulunduğu görülmektedir ($r=0,13$, $p<.05$).

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Bu bölümde tez çalışması kapsamında elde edilen araştırma bulguları ölçme ve değerlendirme, ölçek geliştirme, bağlanma teorisi ve duygu odaklı terapi literatürleri bağlamında tartışılmıştır.

RİBYÖ'nin Geçerliğine İlişkin Bulguların Tartışılması

Yapılan bu tez çalışması kapsamında geliştirilmesi amaçlanan RİBYÖ'nin yapı geçerliğine ilişkin kanıtlar sunmak amacıyla Açımlayıcı Faktör Analizi yapılmıştır ve ölçüt geçerliğine kanıtlar sunmak amacıyla da RİBYÖ'den elde edilen puanlar ile bağlanma stillerini ölçmeye yönelik olarak geliştirilmiş İlişki Ölçekleri Anketi ve romantik ilişkilerde bireylerin deneyimledikleri güven düzeyini ölçmeye yönelik olarak geliştirilmiş İkili İlişkiler Güven Ölçeği arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Yapı geçerliği için yapılan AFA sonucunda RİBYÖ'nin iki alt boyuttan oluştuğu bulunmuştur. Birinci faktörde yer alan maddelerin faktör yükleri .98 ile .62 arasında değişirken, ikinci faktörde yer alan maddelerin faktör yükleri .86 ile .60 arasında değişmektedir. Tabachnick ve Fidell'e (2001) göre her bir değişkenin faktör yükünün .32 ve üzerinde olması gerekmektedir. Aynı şekilde, .30 ile .40 arasındaki faktör yükü değerlerinin madde faktör yükleri bakımından alt sınır olarak kabul edilebileceği ifade edilmektedir (Neale ve Liebert, 1973; Catthell ve Baggaley, 1960). Bu bağlamda madde faktör yükleri açısından bakıldığında RİBYÖ'de yer alan maddelerin madde faktör yüklerinin kabul edilebilir değerlerde olduğu görülmektedir.

RİBYÖ'nin birinci faktörünün açıkladığı varyans % 60,37 ikinci faktörünün açıkladığı varyans % 5,85 ve RİBYÖ'nin her iki alt boyutunun birlikte açıkladıkları varyans ise % 66,22 dir. RİBYÖ'nin açıklanan varyansı sosyal bilimler için kabul edilebilir değerdedir. Scherer ve ark. (1988)'e göre, sosyal bilimlerde açıklanan varyansın %40 ile %60 arasında olması kabul edilebilir olarak görülmektedir. RİBYÖ'nin iki alt boyutunun birlikte açıkladığı varyans değeri sosyal bilimler için oldukça iyi bir değerdir.

Ölçüt geçerliği için RİBYÖ puanları ile İlişki Ölçekleri Anketi ve İkili İlişkiler Güven Ölçeği puanları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. RİBYÖ'nin iki alt boyutuna ait puanlar ve ölçek toplam puanları ile İÖA'nın dört alt boyutu ve İİGÖ puanları arasındaki korelasyonlara bakılmıştır. Araştırmacı tarafından RİBYÖ'nin iki alt boyutundan ayrı ayrı ve toplamda elde edilen puanlar ile güvenli bağlanma ve güven düzeyleri arasında negatif yönde ilişki beklenirken; diğer üç bağlanma stili arasında pozitif yönde ilişki beklenmiştir. Ancak yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular bu doğrultuda olmamıştır. RİBYÖ'nin iki alt boyutu ve tamamı ile korkulu bağlanma stili arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. RİBYÖ toplam puanları ve RİBYÖ alt boyutları ile korkulu bağlanma stilinde pozitif yönde ilişki araştırmacı tarafından beklenen bir durumdur ancak bu ilişki düşük düzeydedir. RİBYÖ'nin alt boyutlarından birincisi olan Faktör1 ile saplantılı bağlanma stili arasında anlamlı ilişkiler bulunmazken, Faktör2 ve RİBYÖ toplam puanları arasında pozitif yönde düşük düzeyli anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. RİBYÖ toplam puanları ve alt boyutları ile saplantı bağlanma stili arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olması beklenmiştir. Ancak bu ilişki Faktör1 için bulunamazken, Faktör2 ve RİBYÖ toplam puanları için de düşük düzeyde olarak bulunmuştur. RİBYÖ alt boyutları ve toplam puanları ile kayıtsız bağlanma stilleri arasında da pozitif yönde düşük düzeyli anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Aynı şekilde diğer güvenli olmayan bağlanma stillerinde olduğu gibi kayıtsız bağlanma stili ile RİBYÖ'ye ilişkin puanlar arasında da ilişkinin yönü beklenen şekilde olmasına karşın ilişkinin düşük düzeyde olduğu bulunmuştur. Araştırmacı tarafından RİBYÖ'nin alt boyutları ve toplam puanları ile güvenli bağlanma stili arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler olması beklenmiştir. Ancak yapılan analizler sonucunda RİBYÖ'nin alt boyutları ve toplam puanları ile güvenli bağlanma stili arasında anlamlı ilişkiler bulunamamıştır. RİBYÖ ile İlişki Ölçekleri Anketi'nden elde edilen puanlara ilişkin ilişkiler incelendiğinde sonuçların araştırmacı tarafından beklenen şekilde olmadığı görülmektedir. Bu durum İlişki Ölçekleri Anketi'nin Türk kültüründe tam olarak işlevsel olamaması ile ilişkili olabilir. RİBYÖ bu çalışma kapsamında geliştirilmiştir ve bağlanma yaralanması kavramının yapısı henüz ortaya koyulma aşamasındadır. Bu bağlamda düşünüldüğünde, bağlanma yaralanması kavramının yapısı bilinmediği için, elde edilen sonuçların beklenen şekilde olmaması da bununla ilişkili olabilir. Millikin (2000)'e göre, bağlanma yaralanmasının olayı eşler arasında var olan güvensiz bağlanmayı ortaya çıkaran bir sembol olabilir ya da güvenli bağlanmayı bozan bir özelliğe sahip olabilir. Bu doğrultuda,

bağlanma yaralanması deneyimleyen kişilerin güvensiz bağlanma stillerine sahip olmaları gerekmeyebilir.

RİBYÖ'nin alt boyutları ve toplam puanları ile ilişki güven düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Araştırmacı tarafından ilişki güven düzeyleri ile RİBYÖ'ye ait puanlar arasında negatif yönde ilişkiler olması beklenmektedir. Tam tersi şekilde iki değişken arasında pozitif yönde ilişkiler olduğu bulunmuştur. Bu durum ölçeklerin geçerliğine ve güvenilirliğine ilişkin sorunlar olmasından kaynaklanıyor olabilir. İstatistiksel olarak bakıldığında her iki ölçeğin de geçerli ve güvenilir olduğuna ilişkin bulgular bulunmaktadır. Her iki ölçek de geçerli ve güvenilir ise, bu durumda beklenen tam tersi olarak bulunan sonuç cevaplayıcılardan kaynaklı olarak istenilen şekilde bulunmuş olabilir. Ölçek setinde İkili İlişkiler Güven Ölçeği en sonda yer almıştır ve katılımcıların büyük bir çoğunluğu ölçek setinin çok uzun olduğunu ifade etmişlerdir. Bu doğrultuda katılımcılardan kaynaklı olarak, sonda yer alan bu ölçeğe ilişkin cevapların sağlıklı olmadığı da düşünülebilir.

RİBYÖ'nin Güvenilirliğine İlişkin Bulguların Tartışılması

RİBYÖ'nin güvenilirliğine ilişkin kanıt sunmak amacıyla iki alt boyutun ayrı ayrı ve ölçeğin tamamına ilişkin Cronbach Alpha değerlerine bakılmıştır. RİBYÖ Faktör1'e ilişkin Cronbach Alpha değeri .98 , Faktör2'ye ilişkin Cronbach Alpha değeri .91 ve ölçeğin tamamına ilişkin hesaplanan Cronbach Alpha değeri .97 dir. Kline (1998)'e göre ölçümlerin güvenilirlik değerlerinin .70 civarında olması yeterli olarak görülmektedir. Bu doğrultuda RİBYÖ'den elde edilen değerlerinin kabul edilebilir değerlerin oldukça üstünde olduğu söylenebilir.

RİBYÖ Faktör1, Faktör2 ve Toplam Puanlarının Demografik Değişkenler Açısından Tartışılması

RİBYÖ'den elde edilen Faktör1, Faktör2 ve toplam puanlar, Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla toplanan cinsiyet, evlilik türü ve evlilik süresi verileri bakımından da analiz edilmiş ve incelenmiştir. Bu doğrultuda RİBYÖ'ye ilişkin puanların cinsiyet ve evlilik türüne göre farklılaşıp farklılaşmadığına ve RİBYÖ'ye ait puanlar ile evlilik süresi arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Yapılan analizler sonucunda RİBYÖ Faktör1, Faktör2 ve toplam puanlarının cinsiyet ve evlilik türüne göre farklılaşmadığı bulunmuştur. Evlilik süresi ile RİBYÖ'ye ilişkin puanlar arasındaki ilişkilere bakıldığında ise pozitif yönde düşük düzeyli ilişki olduğu bulunmuştur.

RİBYÖ'nin Geliştirilme Sürecine İlişkin Olarak Tartışma

İzlenen ölçek geliştirme süreci ve yapılan analizler sonucunda iki alt boyuttan oluşan 26 maddelik Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği'ne (RİBYÖ) ulaşılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda RİBYÖ'ye ilişkin olarak tek boyutlu ve iki boyutlu olmak üzere iki modele ulaşılmıştır. Tek boyutlu model 35 maddeden oluşurken, iki boyutlu model 26 maddeden oluşmaktadır. Geliştirilen bir ölçeğin geçerli ve güvenilir olmasının yanında kullanışlı olması da istenir. 26 maddeden oluşan bir ölçek bu bağlamda 35 maddelik bir ölçekten daha kullanışlıdır. Ayrıca bağlanma yaralanması kavramının literatürü göz önünde bulundurulduğunda yapının literatürde alt boyutları bulunmamaktadır. Yapılan AFA sonucunda da tek faktörlü ve iki faktörlü iki yapıya ulaşılmıştır. Bilimin işlevleri göz önünde bulundurulduğunda, iki faktörlü yapı tek faktörlü yapıdan daha işlevseldir. Bu doğrultuda diğer özellikler göz önünde bulundurulmadığında, 26 maddelik ve iki alt boyuttan oluşan yapı, bağlanma yaralanması kavramının ölçülmesine yönelik olarak 35 maddelik tek boyutlu yapıdan daha kabul edilebilir görülmektedir.

Yapılan analizler sonucunda elde edilen madde faktör yükleri ve açıklanan varyans değerleri göz önünde bulundurulduğunda da açıklanan varyans ve madde faktör yükleri bakımından iki faktörlü yapının daha yüksek değerlere sahip olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda da iki faktörlü yapı kabul edilebilir özelliklere sahiptir.

Elde edilen 26 maddelik iki faktörlü yapının birinci faktörü kişinin yaralanmaya ilişkin olarak eşine ve ilişkisine dair ifadelerinden oluşurken, ikinci faktörü yaralanmaya ilişkin olarak kişinin kendisine dair ifadelerinden oluşmaktadır. Literatürde bağlanma yaralanmasına ilişkin böyle bir yapı görülmemektedir. Ancak AFA sonuçları göz önünde bulundurulduğunda maddeler bu şekilde ayrılmaktadır ve bu şekilde iki faktör altında toplanan maddeler anlamlı bir yapı oluşturmaktadır.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulgular sonuçlar başlığı altında araştırmacı tarafından ilgili literatür bağlamında tartışılmıştır. Ayrıca sonuçlardan yola çıkılarak araştırma konusu kapsamında önerilere yer verilmiştir.

Sonuçlar

Bu çalışma Romantik İlişkiler Bağlanma Yaralanması kavramının yapısını ortaya koymak ve bu kavramı ölçmeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı geliştirmek amacıyla yürütülmüştür. Araştırmanın amacı doğrultusunda ölçek geliştirme süreci izlenerek 26 maddelik iki alt boyuttan oluşan Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği (RİBYÖ) olarak adlandırılan bir ölçme aracı elde edilmiştir.

Elde edilen RİBYÖ adlı ölçme aracı, sosyal bilimler açısından geçerlik bağlamında yapı geçerliği ve ölçüt geçerliğine kanıt sunmak amacıyla incelenmiştir. Yapı geçerliği için yapılan analizler sonucunda RİBYÖ'nin madde faktör yükleri ve açıklanan varyansına ilişkin değerler, sosyal bilimler açısından literatürde ifade edilen kabul edilebilir değerlerin üzerindedir. Bu doğrultuda RİBYÖ'nin yapı geçerliğinin sağlandığı söylenebilir. Ölçüt geçerliği için yapılan analizler sonucunda ise RİBYÖ ile İlişki Ölçekleri Anketi ve İkili İlişkiler Güven Ölçeği aralarındaki ilişkiler incelendiğinde sonuçların araştırmacı tarafından beklenen şekilde olmadığı görülmüştür. Bu doğrultuda ise RİBYÖ'nin ölçüt geçerliğinin sağlanamadığı söylenebilir.

RİBYÖ, güvenirlik açısından incelendiğinde Cronbach Alpha katsayısına bakılmıştır. RİBYÖ'nin hem alt boyutları hem de tamamına ilişkin Cronbach Alpha değerleri kabul edilebilir değerlerin oldukça üzerindedir. Bu doğrultuda RİBYÖ'nin güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Bağlanma yaralanmaları kavramının yapısına ilişkiler bilgileri ortaya koymak amacıyla RİBYÖ puanları cinsiyet, evlilik süresi ve evlilik türü bakımından incelenmiştir. Ancak RİBYÖ puanlarının cinsiyet ve evlilik türüne göre değişmediği ve evlilik süresi ile

de düşük düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur. Elde edilen bu bulgular bağlanma yaralanmaları kavramının yapısına ilişkin olarak bilgiler ortaya koymamıştır.

Öneriler

Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları kavramını ölçmeye yönelik bir ölçme aracı geliştirmeyi amaçlayan bu çalışma, kavram doğrultusunda oluşturulan deneme formu üzerinden yapılan analizlerle sınırlıdır. Bu bağlamda elde edilen ölçek ve iki boyutlu yapı yapılacak başka çalışmalarla test edilmelidir. Ayrıca bu çalışma, Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları kavramına ilişkin olarak Türkiye’de yapılan ilk çalışmadır. Bu kavrama ilişkin olarak yeni ve kavramın yapısını incelemeye yönelik yeni çalışmalar yapılmalıdır.

RİBYÖ deneme formu üzerinden elde edilen veriler, Açıklayıcı Faktör Analizine tabii tutulmuş ve yapılan analizler sonucunda iki alt boyuttan oluşan bir yapı ve 26 maddelik bir ölçek formu elde edilmiştir. Bu yapı ve ölçek formunu test etmeye yönelik olarak Doğrulamalı Faktör Analizi çalışması yapılması, elde edilen yapıya ilişkin ek kanıtlar sunacağından yapılması gerekmektedir. Ayrıca yapılacak farklı çalışmalar ile ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları tekrarlanarak ölçeğin geçerli ve güvenilir olup olmadığına ilişkin yeni kanıtlar sunulabilecektir.

Çalışma kapsamında yürütülen ölçek geliştirme süreci kapsamında, ölçeğin geçerliğine kanıt sağlama amacıyla ölçüt geçerliği bağlamında uygulanan bağlanma stillerini ölçmeye yönelik İlişki Ölçekleri Anketi ile ilişkideki güven düzeyini ölçmeye yönelik İkili İlişkiler Güven Ölçeği ile RİBYÖ arasındaki ilişkiler, beklenildiği şekilde çıkmamıştır. Benzer sonuçları, özellikle de bağlanma stilleri ile RİBYÖ arasındaki ilişkileri inceleyen yeni çalışmalar yapılması yararlı olacaktır.

RİBYÖ deneme formundan elde edilen bulgulara göre romantik ilişkilerde yaşanan bağlanma yaralanmaları cinsiyete, evlilik biçimine göre farklılık göstermemektedir. Bu bulgular da deneme formuna dayalı olarak elde edilen bulgulardır. Bunların da yapılacak yeni çalışmalar ile yeniden test edilmesi bağlanma yaralanmaları kavramına ilişki daha fazla bilgi üretilmesine katkıda bulunacağından gereklidir.

KAYNAKLAR

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American psychologist*, 44(4), 709.
- Ainsworth, M. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American psychologist*, 46(4), 333.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik İlişkilerde Bağlanma Stilleri, Çatışma Çözme Stratejileri Olumsuz Duygudurumunu Düzenleme Arasındaki İlişki*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Beştav, F.G. (2007). *Romantik İlişki Doyumu ile Cinsiyet, Bağlanma Stilleri, Rasyonel Olmayan İnançlar ve Aşka İlişkin Tutumlar Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Separation Anxiety and Anger*.
- Bowlby, J. (1979). The making and breaking of affectional bonds. *London: Tavistock*.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss: Attachment*
- Büyüköztürk, Ş. (Ed). (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Cattell, R. B., & Baggaley, A. R. (1960). The salient variable similarity index for factor matching. *British Journal of Statistical Psychology*, 13(1), 33-46.
- Chapman, D. M., & Caldwell, B. E. (2012). attachment injury resolution in couples when one partner is trans-identified. *Journal of Systemic Therapies*, 31(2), 36-53.

- Collins, L. M. (1996). Is reliability obsolete? A commentary on "Are simple gain scores obsolete?". *Applied Psychological Measurement*, 20(3), 289-292.
- Çelenoğlu, A. (2011). *Evli Bireylerin, Bağlanma Stillerine ve Kendilik Algısına Göre Evlilikte Yaşanan Sorunlarla Başa Çıkma Yollarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çavuşoğlu, Z.Ş. (2011). *Bağlanma Stilleri Evlilik Uyumu ve Aldatma Eğilimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çepni, S. (2010). *Araştırma ve Proje Çalışmalarına Giriş*. Trabzon.
- Çetinkaya, E., Kemer, G., Bulgan, G., & Tezer, E. (2008). The validity and reliability studies of dyadic trust scale. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 29, 65–74.
- Demirci, E. (2004). *Evlilikte Bağlanma ve Çatışmayı Yönetmede Bağlanma Stillerinin Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- DeVellis, R.F. (2003). *Scale Development Theory and Applications*. London: SAGE Publications.
- Erişti, A. (2010). *Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Erkuş, A. (2011). *Davranış Bilimleri İçin Bilimsel Araştırma Süreci* (3.baskı). Ankara: Seçkin
- Ergene, T. (2012). Psikososyal Gelişim. Y. Özbay ve S.Erkan (Der.) *Eğitim Psikolojisi* (ss. 101-131). Ankara: Pegem Akademi.
- Greenberg, L., Warwar, S., & Malcolm, W. (2010). Emotion-Focused Couples Therapy and the Facilitation of Forgiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 36(1), 28-42.
- Gündoğdu Aktürk, E. (2010). *Attachment Figure Transference, Caregiving Styles and Marital Satisfaction in Arranged and Love Marriages*. Master Thesis, The Graduate School of Social Sciences of Middle East Technical University, Ankara.

- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Deeper into attachment theory. *Psychological Inquiry*, 5(1), 68-79.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Halchuk, R. E., Makinen, J. A., & Johnson, S. M. (2010). Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: A three-year follow-up. *Journal of couple & relationship therapy*, 9(1), 31-47.
- Hutcheson, G. D., & Sofroniou, N. (1999). *The multivariate social scientist: Introductory statistics using generalized linear models*. Sage.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of traumatic stress*, 5(3), 377-391.
- Johnson, S. M. (1996). *The practice of emotionally focused marital therapy: Creating connection*. Brunner/Mazel.
- Johnson, S. M. (2005). Broken bonds: An emotionally focused approach to infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 4(2-3), 17-29.
- Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1985). Emotionally Focused Couples Therapy: An Outcome Study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11(3), 313-317.
- Johnson, S. M., Makinen, J. A., & Millikin, J. W. (2001). Attachment injuries in couple relationships: A new perspective on impasses in couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 27(2), 145-155.
- Johnson, S. M., & Whiffen, V. E. (1999). Made to measure: Adapting emotionally focused couple therapy to partners' attachment styles. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6(4), 366-381.
- Kalkan, M. ve Yalçın, İ. (2012). Evlilik Öncesi Dönem ve Romantik İlişkiler. M.Kalkan ve Z.Hamamcı. (Ed.) *Evlilik Öncesi Psikolojik Danışma*. (ss.1-7). Ankara: Anı Yayıncılık
- Kantarcı, D. (2009). *Evli Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Aldatma Eğilimleri ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Kline, R. B. (1998). *Principles and practice of structural equation modeling*The Guilford Press. New York.
- Lopez, F. G., Melendez, M. C., Sauer, E. M., Berger, E., & Wyssmann, J. (1998). Internal working models, self-reported problems, and help-seeking attitudes among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 79.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the society for research in child development*, 66-104.
- Makinen, J. A., & Johnson, S. M. (2006). Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: Steps toward forgiveness and reconciliation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(6), 1055.
- Millikin, J. W. (2000). *Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: A process study* (Doctoral dissertation, Virginia Polytechnic Institute and State University).
- Naaman, S., Pappas, J. D., Makinen, J., Zuccarini, D., & Johnson–Douglas, S. (2005). Treating attachment injured couples with emotionally focused therapy: A case study approach. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*, 68(1), 55-77.
- Neale, J. M., & Liebert, R. M. (1973). *Science and behavior: An introduction to methods of research* (p. 85). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Okutan, N. (2010). *Eşcinsellere Yönelik Tutumlar: Cinsiyetçilik, Romantik İlişkilerle İlgili Kalıpyargılar ve Yetişkin Bağlanma Biçemleri Açısından Bir Değerlendirme*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Özen, A. (2012). *Experience and Expression of Emotions in Marital Conflict: An Attachment Theory Perspective*. Doctora Thesis, The Graduate School of Social Sciences of Middle East Technical University, Ankara.
- Pelling, C. (2003). *Women's Lives Experinces Of Attachment Injury Within Their Couple Relationships*. (Doctoral dissertation). University of British Columbia.
- Pelling, C., & Arvay-Buchanan, M. (2007). Experiences of attachment injury in heterosexual couple relationships. *Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy/Revue canadienne de counseling et de psychothérapie*, 38(4).

- Reid, R. C., & Woolley, S. R. (2006). Using emotionally focused therapy for couples to resolve attachment ruptures created by hypersexual behavior. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 13(2-3), 219-239.
- Sarı, T. (2008). *Üniversite Öğrencilerinde Romantik İlişkilerle İlgili Akılcı Olmayan İnançlar, Bağlanma Boyutları ve İlişki Doyumu Arasındaki İlişkiler*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Sayre, J. B., McCollum, E. E., & Spring, E. L. (2010). An outsider in my own home: Attachment injury in stepcouple relationships. *Journal of marital and family therapy*, 36(4), 403-415.
- Schade, L. C., & Sandberg, J. G. (2012). Healing the Attachment Injury of Marital Infidelity Using Emotionally Focused Couples Therapy: A Case Illustration. *The American Journal of Family Therapy*, 40(5), 434-444.
- Scherer, R. F., Wiebe, F. A., Luther, D. C., & Adams, J. S. (1988). Dimensionality of coping: Factor stability using the ways of coping questionnaire. *Psychological Reports*, 62(3), 763-770.
- Shaver, P. R., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). The integration of three behavioral systems. *The psychology of love*, 68-99.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & human development*, 4(2), 133-161.
- Sığırcı, A. (2010). *Evli Bireylerde Bağlanma Biçimleri ve Evliliğe Dair İnançların Evlilik Doyumu ile İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119.
- Sumer, N. (2006). Categorical and dimensional comparison of adult attachment measures [Yetişkin bağlanma ölçeklerinin kategoriler ve boyutlar düzeyinde karşılaştırılması]. *Turkish Journal of Psychology [Türk Psikoloji Dergisi]*, 21, 1-22
- Sümer, N., Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71-106.

- Şeker, H. & Gençdoğan, B. (2006). *Psikolojide ve Eğitimde Ölçme Aracı Geliştirme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). Using multivariate statistics.
- Tavşancıl, E. (2010). *Tutumların Ölçülmesi ve SPSS ile Veri Analizi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Turanlı, P. (2010). *Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu ile Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Saptanması*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Weiss, R. S. (1982). Attachment in adult life. In Parkes, C. M., and Stevenson-Hinde, J. (eds.), *The Place of Attachment in Human Behavior*, Basic Books, New York.
- Zuccarini, D., Johnson, S. M., Dalglish, T. L., & Makinen, J. A. (2013). Forgiveness and reconciliation in emotionally focused therapy for couples: The client change process and therapist interventions. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39(2), 148-162.

EKLER

Ek 1. Görüşme Formu

Değerli katılımcılar,

Bu çalışma evli bireylerin eşleriyle arasındaki bağlanma ilişkisinde meydana gelen olumsuzluklarla ilgili bilgi edinmeyi amaçlamaktadır. Aşağıda eşinizle olan ilişkinizi düşünerek cevaplamanız istenen 8 adet soru bulunmaktadır. Sorulara verdiğiniz yanıtlar Prof. Dr. Yaşar Özbay danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tezi kapsamında geliştirilecek ölçek için madde yazımında kullanılacaktır. Verdiğiniz cevaplar gizli tutulacaktır. Araştırma sonuçlarının güvenilir olması açısından sorulara içten, gerçekçi ve açıklayıcı cevaplar vermeniz çok önemlidir. Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederim.

Fakültesi
Rehberlik ABD

Arş. Gör. Sare TERZİ
Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim
Psikolojik Danışma ve

Cinsiyet: Kadın() Erkek()

Yaş:

Kaç yıldır evlisiniz?

SORULAR

1. Evliliğiniz boyunca eşinize ihtiyaç duyduğunuz ve eşinizin size destek olmakta başarısız olduğu olay/olaylar oldu mu? Olduysa bunlar nelerdir?

2. Evliliğiniz boyunca eşinizle aranızdaki yakınlık ve güven duygusuna zarar veren olay/olaylar oldu mu? Olduysa bunlar nelerdir?

3. Bu olay/olaylar karşısında eşiniz neler yaptı? Nasıl davrandı?

4. Siz eşinizin nasıl davranmasını, neler yapmasını beklerdiniz?

5. Bu yaşananların sonucunda neler yaşadınız, bu durum sizi nasıl etkiledi?

6. Bu olay/olaylar eşinizle aranızdaki güven duygusunu nasıl etkiledi?

7. Bu olay/olaylar eşinizle aranızdaki yakınlığı nasıl etkiledi?

8. Bunlar dışında belirtmek istedikleriniz var mı?

Ek 2. Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

- Bu çalışmaya yaklaşık 3 hafta sonra tekrar katılmayı kabul ediyorum: () Evet () Hayır
- Rumuz:
- Cinsiyetiniz () Kadın () Erkek
- Yaş:
- Eğitim Düzeyi: () İlkokul () Ortaokul () Lise / Ön Lisans () Üniversite () Lisansüstü
- Meslek:
- Evlenme biçimi (Nasıl evlendiniz?): () Görücü Usulü ile () Romantik ilişki (flört) ile
() Diğer:
- Evlilik süresi:
- Çocuk sayısı:
- Hiç psikolojik yardım/tedavi aldınız mı?: () Evet () Hayır
- Eşiniz hiç psikolojik yardım aldı mı? () Evet () Hayır
- Hiç çift terapisi aldınız mı?: () Evet () Hayır

Ek 3. Bağlanma Yaralanması Olay Listesi

BYO

Yönerge: Aşağıda bir evlilikte karşılaşılabilecek bazı sorunlar liste halinde verilmiştir. İlk sütunda yaşanabilecek sorunlara ilişkin olay listesi bulunmaktadır. İkinci sütunda bu olayların evliliğinizde yaşanma sıklığını rapor etmeniz istenmektedir. Son sütunda ise, bu olayların eşinizle ilişkiniz üzerindeki etkisini değerlendirmeniz gerekmektedir. Değerlendirme yaparken;

- 1) Asla
- 2) Nadiren
- 3) Bazen
- 4) Çoğu Zaman
- 5) Her Zaman

anlamına gelmektedir. Her bir olay için, her iki sütunda (yaşanma sıklığı ve ilişkiniz üzerinde etkisi) da ilişkiniz için uygun olan ifadenin derecesini işaretleyiniz.

Kısaca; aşağıda verilen durumlardan, evliliğiniz boyunca “**ESİNİZ** BUNLARDAN HANGİSİNİ YA DA HANGİLERİNİ **YAPMIŞTIR**? YARALANMA DURUMUNUN SIKLIĞI NEDİR VE İLİŞKİNİZ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ NASIL OLMUŞTUR?” şeklinde düşünerek en uygun / doğru cevapları vermeye çalışınız.

İLİŞKİDE YAŞANAN OLAY/YARALANMA	YAŞANMA SIKLIĞI				
	Asla	Nadiren	Bazen	Çoğu Zaman	Her Zaman
1. Yalan söyleme	1	2	3	4	5
2. Gerçekleri gizleme /saklama	1	2	3	4	5
3. Aldatma	1	2	3	4	5
4. Sorumsuzluk	1	2	3	4	5
5. Hakaret / Aşağılayıcı söz / Alay edilme	1	2	3	4	5
6. Değer vermeme / Değersiz hissettirme	1	2	3	4	5
7. Sesini yükseltme/ Bağırma	1	2	3	4	5
8. Ailenizi önemsememe /onlara olumsuz davranışlar	1	2	3	4	5
9. Kendi ailesini daha çok önemseme	1	2	3	4	5
10. Düşük, doğum, kronik hastalık, ani hastalıklar gibi sağlık sorunları yaşanan zamanlarda destek olmama	1	2	3	4	5
11. Taşınma, iş değiştirme, emeklilik gibi geçiş dönemlerinde destek olmama	1	2	3	4	5
12. Önemsediklerine (özel günler, beğeniler vs.) özen göstermeme	1	2	3	4	5
13. Aile ile eş arasında kalmaya neden olma	1	2	3	4	5

14. Kendi başına kararlar alma	1	2	3	4	5
15. Paylaşım azlığı	1	2	3	4	5
16. İlişkinin özelinin başkalarıyla paylaşılması	1	2	3	4	5
17. Kıskançlık	1	2	3	4	5
18. Yardım istediğinde yardımsız bırakma	1	2	3	4	5
19. Küçük ve tekrarlayan / sürekli sorunların birikimi	1	2	3	4	5
20. Anlayışsızlık	1	2	3	4	5
21. Evi / yatağı terk etme	1	2	3	4	5
22. İlişki için yeterli vakit ayırmama	1	2	3	4	5
23. İlgisizlik	1	2	3	4	5
24. Fiziksel şiddet	1	2	3	4	5
25. Görmezden gelme / yok sayma	1	2	3	4	5
26. Bencillik	1	2	3	4	5
27. Verilen sözlerin tutulmaması	1	2	3	4	5
28. Kötü alışkanlıklar (sigara, alkol gibi)	1	2	3	4	5
29. İstenmeyen arkadaşlıklar	1	2	3	4	5
30. Saygısızlık	1	2	3	4	5
31. Diğer(.....)	1	2	3	4	5

Ek 4. Romantik İlişkilerde Bağlanma Yaralanmaları Ölçeği

RİBYÖ

Yönerge: Bir önceki sayfada cevap vermiş olduğunuz olay listesine göre **EVLİLİĞİNİZDE YAŞADIĞINIZ VE İLİŞKİNİZİ ETKİLEYEN OLAYLARI VE YAŞANAN BU OLAYLARDAN SONRA YAŞADIKLARINIZI DÜŞÜNEREK** aşağıdaki cümlelerle ilişkili değerlendirme yapmanız gerekmektedir. Her bir cümle için size en uygun olan ifadenin derecesini işaretleyiniz.

- 1) Asla,
- 2) Çok Nadir,
- 3) Nadiren,
- 4) Bazen,
- 5) Genellikle,
- 6) Sık sık,
- 7) Her zaman

	Asla	Çok nadir	Nadiren	Bazen	Genellikle	Sık sık	Her
1. Bu olayla/olaylarla ilgili anılar rastgele aklıma geliyor.	1	2	3	4	5	6	7
2. Olayı/olayları hatırlamaktan korkuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
3. Yaşanan bu olayı/olayları hatırlamamaya çalışıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4. Eşime karşı duygusal boşluk yaşıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
5. Eşime karşı hiçbir şey hissetmediğim (olumlu ya da olumsuz) zamanlar oluyor.	1	2	3	4	5	6	7
6. Eşime güvenmiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7. Yaşanan bu olaya/olaylara ilişkin	1	2	3	4	5	6	7

duygularım değişkendir.							
8. Eşim tarafından tekrar incitilmekten korkuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9. Evliliğimde benzer bir olay yaşamaktan korkuyorum.	1	2	3	4	5	6	7
10. Eşimle yakınlık kurmaktan kaçıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
11. Eşimin, ihtiyaç duyduğumda yanımda olacağını düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
12. Zaman zaman olayla/olaylarla ilgili hiçbir şey hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
13. Yaşadığım kötü olaylarda/karşılaştığım sorunlarda eşimin bana destek olacağını düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
14. Evliliğimizin düzelmesi için yapabileceğim bir şey yok.	1	2	3	4	5	6	7
15. Yaşadığımız bu sorunları çözmek için elimden bir şey gelmez.	1	2	3	4	5	6	7
16. Yaşadığımız bu sorunlar ile ilgili ne yapmam gerektiğini bilmiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
17. Yaşadığımız sorunları eşimin yeterince önemsemediğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
18. Eşim, yaşadığımız sorunları görmezden geliyor.	1	2	3	4	5	6	7
19. Yaşananlardan sonra, kendimi yalnız hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7

20. Yaşadıklarımız, eşimle ilgili olarak beni hayal kırıklığına uğrattı.	1	2	3	4	5	6	7
21. Evliliğimizin düzeleceğine dair umudum yok.	1	2	3	4	5	6	7
22. Eşimle yaşadığım bu sorunlar canımı çok yakıyor.	1	2	3	4	5	6	7
23. Yaşadığımız sorunlardan dolayı eşimle birbirimizden oldukça uzaklaştık.	1	2	3	4	5	6	7
24. Eşim tarafından kandırıldığımı düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
25. Yaşadıklarımız, evliliğimizde onarılamaz bir yara açtı.	1	2	3	4	5	6	7
26. Eşimle yaşadıklarımızın ardından, kendimi terk edilmiş hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7
27. Bu konuda, eşimin beni anlamadığını düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
28. Yaşanan bu olay/ olaylar, ilişkimizi sorgulamama neden oluyor.	1	2	3	4	5	6	7
29. Yaşadıklarımızla ilgili kötü rüyalar görüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
30. Eşimle ilgili daha çok bu olay/ olaylar aklıma geliyor.	1	2	3	4	5	6	7
31. Sürekli bu olay/ olayları düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
32. Zamanımın çoğunda zihnim bu olay/olaylar ile meşgul oluyor.	1	2	3	4	5	6	7
33. Eşimi güvenli bir sığınak olarak	1	2	3	4	5	6	7

görüyorum.							
34. Olaya/olaylara ilişkin düşünceler, rastgele ortaya çıkıyor.	1	2	3	4	5	6	7
35. Eşimle bir daha asla eskisi gibi olamayız.	1	2	3	4	5	6	7
36. Bu olayla/olaylarla ilgili olarak eşim, beni anlamak için yeterince çaba göstermiyor.	1	2	3	4	5	6	7
37. Bu olay/olaylar benim insanlara olan güvenimi azaltıyor.	1	2	3	4	5	6	7
38. Bu olaydan/olaylardan sonra, kendime güvenim azaldı.	1	2	3	4	5	6	7
39. Bu olaydan/olaylardan sonra, kendi kendime yetmeye çalışıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
40. Bu olaydan/olaylardan sonra, eşime olan ilgim azaldı.	1	2	3	4	5	6	7
41. Eşimin davranışları/yaptıkları ile daha az ilgileniyorum.	1	2	3	4	5	6	7
42. Evliliğe çocuğum için katlanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
43. Evliliğe ailem üzülmesin diye katlanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
44. Eşimle paylaştığım şeyler azaldı.	1	2	3	4	5	6	7
45. Eşimin benimle paylaştığı şeyler azaldı.	1	2	3	4	5	6	7
46. Gerektiğinde eşimin benim için fedakârlık yapacağını düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
47. Eşimle daha az vakit	1	2	3	4	5	6	7

geçiriyorum.							
48. Evliliğimiz için çaba harcamıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
49. Eşimin hayatında benim önceliğim olduğunu düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
50. Eşim için önemli olduğumu hissetmiyorum.	1	2	3	4	5	6	7
51. Eşimin bana değer verdiğini düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
52. Kendimi ihanete uğramış hissediyorum.	1	2	3	4	5	6	7

Ek 5. İlişki Ölçekleri Anketi

İÖA

Yönerge: Aşağıdaki maddeler romantik ilişkileriniz dâhil olmak üzere yakın ilişkilerinizde (arkadaşlık, dostluk gibi) hissettiğiniz duygulara ilişkindir. Sizden, genel olarak, yakın ilişkilerinizde yaşadıklarınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Aşağıdaki maddeleri yakın ilişki içinde olduğunuz kişileri düşünerek cevaplandırınız. Her bir maddenin ilişkilerinizdeki duygu ve düşüncelerinizi ne oranda yansıttığını karşılarındaki 4 aralıklı ölçek üzerinde gösteriniz.

	Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katlıyorum	Tamamen Katlıyorum
1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem.	1	2	3	4
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	1	2	3	4
4. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.	1	2	3	4
5. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece çok rahatım.	1	2	3	4
6. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık istiyorum.	1	2	3	4
7. Yalnız kalmaktan korkarım.	1	2	3	4
8. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	1	2	3	4
9. Başkalarına tamamiyle güvenmekte zorlanırım.	1	2	3	4
10. Başkalarının bana güvenip bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	1	2	3	4
11. Başkalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer	1	2	3	4

vermediğinden kaygılanırım.				
12. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	1	2	3	4
13. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.	1	2	3	4
14. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	1	2	3	4
15. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	1	2	3	4
16. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	1	2	3	4
17. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	1	2	3	4

Ek 6: İkili İlişkiler Güven Ölçeği

İİGÖ

Yönerge: Her bir ifadenin size uygunluğunu 7 dereceli ölçek üzerinde değerlendirip uygun sayıyı işaretleyiniz.

Asla 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 Her zaman

1. Eşim öncelikle kendi iyiliğini/rahatını düşünür.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
2. Eşimin güvenilmez olduğu zamanlar vardır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
3. Eşim bana karşı tamamen dürüst ve samimidir.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
4. Eşıme tam anlamıyla güvенеbileceğimi hissediyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
5. Eşim verdiği sözlerde gerçekten samimidir.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
6. Eşim bana dürüst ve adil davranır.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)
7. Yardıma ihtiyacım olduğunda eşime güvенеbileceğimi hissediyorum.	(1) (2) (3) (4) (5) (6) (7)