

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERGENLERİN EBEVEYNE VE ARKADAŞA
BAĞLANMALARI İLE STRES DÜZEYLERİ VE
AKADEMİK BAŞARILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Muharrem Uğur CEYLAN

İstanbul
Ocak-2022

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

ERGENLERİN EBEVEYNE VE ARKADAŞA BAĞLANMALARI
İLE STRES DÜZEYLERİ VE AKADEMİK BAŞARILARI
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Muharrem Uğur CEYLAN

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Mustafa ÖZGENEL

İstanbul
Ocak-2022

TEZ ONAYI

Lisansüstü Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman Doç Dr. Mustafa ÖZGENEL

Üye Doç. Dr. Simel PARLAK ERÇELİK

Üye Doç. Dr. İbrahim TAŞ

Yukarıda imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Metin TOPRAK

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Doktora tezi olarak hazırladığım “**Ergenlerin Ebeveyne ve Arkadaşa Bağlanmaları ile Stres Düzeyleri ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlanmasına kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

Muharrem Uğur CEYLAN
İstanbul, 2022

ÖN SÖZ

Çalışma konusunun belirlenmesinde ve çalışmanın hazırlanma sürecinin her aşamasında bilgilerini, tecrübelerini ve değerli zamanını esirgemeyerek bana her zaman yardımcı olan değerli hocam Doç. Dr. Mustafa ÖZGENEL'e, bu süreçte maddi ve manevi sonuna kadar desteklerini esirgemeyen aileme ve arkadaşlarıma teşekkürü borç bilirim.

Muharrem Uğur CEYLAN

İstanbul, 2022

ÖZET

ERGENLERİN EBEVEYNE VE ARKADAŞA BAĞLANMALARI İLE STRES DÜZEYLERİ VE AKADEMİK BAŞARILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Muharrem Uğur CEYLAN

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Mustafa ÖZGENEL

Ocak- 2022, 137 Sayfa

Bu çalışmada lise eğitimine devam etmekte olan ergenlerin bağlanma stilleri ile stres düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma, ilişkisel taramam modeline göre yürütülmüştür. Çalışmanın verileri 2020-2021 eğitim öğretim yılları arasında İstanbul ilinde Küçükçekmece ilçesinde devlet liselerinde eğitimine devam etmekte olan öğrencilerden toplanmıştır. Örneklem, kolay örnekleme yöntemiyle belirlenen 400 öğrenciden oluşmaktadır. Veriler, demografik Bilgi Formu, “Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Envanteri” ve “Algılanan Stres Ölçeği” aracılığıyla toplanmıştır. Toplanan veriler korelasyon ve regresyon yapılarak çözümlenmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgulara bakıldığında; ergenlerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanmaları ile stres düzeyleri arasında negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Ayrıca ergenlerin ebeveyne bağlanmaları ile akademik başarıları arasında pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre hem ebeveyne hem de arkadaşına bağlanma ergenlerin algıladıkları stresi olumsuz; ebeveyne bağlanma ise ergenlerin akademik başarılarını olumlu yönde yordamaktadır. Başka bir ifadeyle, ebeveyne ve arkadaşına bağlanma ergenlerin streslerini olumsuz yönde etkileyerek azalttığı; ebeveyne bağlanma ise ergenlerin akademik başarılarını olumlu etkileyerek arttırdığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma stilleri, ebeveyne bağlanma, arkadaşına bağlanma, algılanan stres, akademik başarı

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ADOLESCENTS' ATTACHMENT TO PARENTS AND FRIENDS AND STRESS LEVELS AND ACADEMIC ACHIEVEMENT

Muharrem Uğur CEYLAN

Master Thesis, Psychological Counseling and Guidance

Thesis Advisor: Assoc. Dr. Mustafa ÖZGENEL

January- 2021, 137 Pages

In this study, it was aimed to examine the relationship between attachment styles, perceived stress levels and academic achievements of adolescents who continue their high school education. The study was conducted according to the relational survey model. The data of the study were collected from students who were continuing their high school education in public institutions in Küçükçekmece district in Istanbul between the academic years of 2020-2021. The sample consists of 400 students determined by easy sampling method. Data were collected through demographic information form, parent and friend attachment inventory, and perceived stress scale. The collected data were analyzed by correlation and regression. Considering the findings obtained from the study; It is seen that there is a negative correlation between adolescents' attachment to parents and friends and their stress levels. In addition, a positive relationship was found between adolescents' attachment to their parents and their academic success. According to the results of the regression analysis, attachment to both parents and friends negatively affects the perceived stress of adolescents; attachment to parents positively predicts the academic achievement of adolescents. In other words, attachment to parents and friends reduces the stress of adolescents by negatively affecting them; on the other hand, it can be said that attachment to parents increases the academic achievement of adolescents by positively affecting them.

Keywords: Attachment style, attachment to parent, attachment to peer, perceived stress, academic achievement

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar LİSTESİ.....	x
KISALTMALAR	xii
BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Sayıtlar	7
1.5. Sınırlılıklar	7
1.6. Tanımlar	7
İKİNCİ BÖLÜM.....	9
KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
2.1. Ergenlik.....	9
2.1.1. Ergenlikte Temel Gelişim Görevleri.....	13
2.1.2. Ergenlikte Psikolojik Gelişimin Boyutları.....	14
2.2. Bağlanma.....	29
2.2.1. Bowlby'nin Bağlanma Kuramı	31
2.2.2. Bağlanma Davranışı ve Etolojik Kökenleri	36

2.2.3. İçsel Çalışan Modeller.....	38
2.2.4. Bağlanma Stilleri ve Farklı Modeller.....	40
2.2.5. Gelişimsel Dönemlere Göre Bağlanma.....	47
2.2.6. Bağlanma ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	56
2.3. Stres.....	61
2.3.1. Stres Belirtileri	64
2.3.2. Fizyolojik ve Psikolojik Açından Stres.....	64
2.3.3. Stresin Kaynakları.....	67
2.3.4. Stresin Sonuçları	68
2.3.5. Stres ile İlgili Yapılan Çalışmalar	72
2.4. Akademik Başarı	76
2.4.1. Akademik Başarıda Rol Oynayan Bireysel Faktörler	76
2.4.2. Akademik Başarıda Rol Oynayan Çevresel Faktörler	77
2.4.3. Akademik Başarı ile İlgili Yapılan Araştırmalar	78
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	82
YÖNTEM.....	82
3.1. Araştırma Modeli	82
3.2. Evren ve Örneklem	82
3.3. Veri Toplama Araçları	83
3.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu.....	83
3.3.2. Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Envanteri Gözden Geçirilmiş Formu (EABE-G)	84
3.3.3. Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ).....	84
3.4. Verilerin Toplanması	84
3.5. Verilerin Analizi.....	85
3.5.1. Güvenilirlik Analizi	85

3.5.2. Normallik Analizi.....	86
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	87
BULGULAR	87
4.1. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve stres düzeyleri; cinsiyetlerine, yaşlarına, anne ve baba eğitim seviyelerine ve aile gelir durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” Alt Amacına İlişkin Bulgular.....	87
4.1.1. Cinsiyet	87
4.1.2. Yaş	87
4.1.3. Anne Eğitim Düzeyi.....	88
4.1.4. Baba Eğitim Düzeyi	89
4.1.5. Ailenin Gelir Durumu	89
4.2. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile algılanan stres düzeyleri ve akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular	90
4.3. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular.....	91
4.4. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları stres düzeylerini yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular.....	92
4.5. Araştırmanın “Ergenlerin algılanan stres düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular.....	92
4.6. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeyleri birlikte, akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular.....	93
BEŞİNCİ BÖLÜM	94
TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	94
5.1. Tartışma ve Sonuç.....	94
5.1.1. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanma stilleri ve stres düzeyleri; cinsiyetlerine, yaşlarına, anne ve baba eğitim seviyelerine ve aile gelir	

durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir? Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç.....	94
5.1.2. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile stres düzeyleri akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç	98
5.1.3. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç.....	98
5.1.4. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları algılanan stres düzeylerini yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç. 99	
5.1.5. Araştırmanın “Ergenlerin algılanan stres düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç	100
5.1.6. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeyleri birlikte, akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç.....	100
5.2. Öneriler	101
KAYNAKÇA	103
EKLER.....	119
Ek 1: Demografik Bilgi Formu	119
Ek 2: Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş form... 120	
Ek 3: Algılanan Stres Ölçeği.....	122
Ek 4: Araştırma ve Ölçek İzinleri	123
Ek 5: Etik Kurul Onay Yazısı	126
ÖZGEÇMİŞ.....	127

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 2.1. Kohlberg'in Gelişim evreleri	28
Tablo 2.2. Bowlby'nin Bağlanma Aşamaları.....	35
Tablo 2.3. Ainsworth'un yabancı ortam deneyi.....	41
Tablo 2.4. Güvenli Bağlanma Stilini oluşturmada bakıcılarda olan 6 özellik ve bu özelliklerin tanımları	42
Tablo 2.5. Bebek bağlanma stilleri ve ebeveynlik stilleri.....	43
Tablo 2.6. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli	46
Tablo 3.1. Çalışmanın Güvenirlik Analizi	85
Tablo 3.2. Çalışmanın Normallik Analizi.....	86
Tablo 4.1. Ebeveyne ve Arkadaşa Bağlanma ile Algılanan Stres Düzeyleri t Testi Sonuçları	91
Tablo 4.2. Yaş Değişkenine Göre Öğrencilerin Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	88
Tablo 4.3. Öğrencilerin Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	88
Tablo 4.4. Öğrencilerin Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	89
Tablo 4.5. Öğrencilerin Ailelerinin Gelir Durumlarına Göre Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması.....	90
Tablo 4.6. Ergenlerin Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ile Algılanan Stres Düzeyleri ve Akademik Başarıları Arasındaki Korelasyon.....	90
Tablo 4.7. Ergenlerin Ebeveyne ve Arkadaşa Bağlanmalarının Akademik Başarılarını Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	90
Tablo. 4.8. Ergenlerin Ebeveyne ve Arkadaşa Bağlanmalarının Algılanan Stres Düzeyini Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	91
Tablo 4.9. Ergenlerin Algılanan Stres Düzeylerinin Akademik Başarılarını Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları	921

Tablo 4.9. Ergenlerin Ebeveyne ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algılanan Stres Düzeylerinin Birlikte, Akademik Başarılarını Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	932
---	-----



KISALTMALAR

akt.	: Aktaran
ASÖ	: Algılanan Stres Ölçeği
EABE-G	: Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Envanteri Gözden Geçirilmiş Formu
TDK	: Türk Dil Kurumu
vd.	: ve diğerleri



BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Günümüz dünyasında insanlar başarılı olmaya odaklanarak hayatlarını buna göre şekillendirmektedirler. Hem kişisel hem de iş hayatında başarılı olmak insanlar için önemli bir durumdur. Kişiden kişiye değişen başarı kelimesinin tanımı, sözlükte “başarma işi” olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2021). Başarının eğitim alanında ifade ettiği akademik başarı, öğrencilere öğretilen derslerin ya da becerilerin öğretmenler tarafından verilen notlar ile ya da öğrencilere yapılan test puanları ile yıl sonunda öğrencilerin almış olduğu not ortalamaları olarak tanımlanmaktadır (Sarier, 2016: 610). Eğitim alanındaki başarıyı ifade etmede kullanılan terim akademik başarı ise öğrencilerin bu alanda elde etmiş oldukları başarıların amacına ulaşip ulaşmadığını belirleyen üniversite sınavı ve iş başvuruları gibi ölçütler içermektedir. Öğrencilerin elde etmiş olduğu başarılar bu alanlarda yapacakları başvurular sırasında kullanılmaktadır. Öğrencilerin akademik başarı düzeylerini aile, okul ve öğrencinin kendisi etkilemektedir. Bu alanda Sarier’in (2016: 618-620) yapmış olduğu meta-analiz çalışmasına göre öz yeterlilik algısı, benlik saygısı, öğrencinin motivasyonu, öğrencinin derslere yönelik tutumu, öğrencilerin ders çalışma alışkanlıkları, okul kültürü, ailenin tutum ve davranışları, sosyoekonomik seviye, öğretmenlerin tutum ve davranışları, okul müdürünün liderlik etmesi, ailenin eğitim seviyesi ve eğitime olan katkısı öğrencinin akademik başarısına etki etmektedir. Bu alanda yapılan bir başka çalışmaya göre ise öğrenme düzeyi ile stres arasında anlamlı bir ilişkinin bulunduğu ifade edilmektedir. Buna göre yaşanan stres arttıkça öğrenme düzeyinde ve dolayısıyla akademik başarıda azalma görülürken, stresin azalması ile öğrenme düzeyi ve dolayısıyla akademik başarı da artış meydana gelmektedir (Engin, Demirci ve Yeni, 2013: 297). Görüldüğü üzere stres, bireyin yaşamında önemli bir etken olarak karşımıza çıkmaktadır.

İnsanlar günlük hayatlarında sıklıkla stres ile karşı karşıya kalmaktadır. İnsanlar bazen farkında olmasalar da çoğu kimse ağır stres altında yaşamaktadırlar. Yaşamda iyi ya da kötü olarak karşımıza çıkan tüm durumlar aslında strese neden olmaktadır.

Duygusal bir durum olduğundan dolayı stresi açıklamak zor bir durumdur. Stres için kullanılan farklı tanımlar bulunmaktadır. Türk Dil Kurumu (2021) Güncel Sözlükte yer alan tanıma göre stres: “*Kişide birtakım sorunların yol açtığı coşkusal, ruhsal gerilim*” olarak yer almaktadır. Stresin bir diğer tanımı ise şöyle yapılmıştır: “*Bireyin, fiziki ve sosyal çevreden gelen uyumsuz koşullar nedeniyle bedensel ve psikolojik sınırlarının ötesinde harcadığı gayret*” (Cüceloğlu, 2006: 321). Stresin seviyesi kişiden kişiye değişmekle birlikte stresi etkileyen birçok dışsal ve içsel etkenler bulunmaktadır. Dışsal etkenler arasında kişinin deneyimi dışında gerçekleşen doğal afetler, çevre kirliliği ve fiziki mekân koşulları yer almaktadır. İçsel etkenler ise kişinin yaşadığı olayları algılayıp yorumlaması sonucu meydana gelmektedir.

İçsel etkenleri, bireye özgü olan yaşamsal zorlanmalar ile gerçekleşen gelişimsel olaylar ve bunun yanında yaşanan çatışmalar ve engellemeler etkilemektedir. Bu konu ile ilgili olarak literatüre bakıldığında bireylerin stres düzeyleri kişisel özellikleri, içinde buldukları koşullar, yaşamış oldukları psikolojik, bilişsel ve duygusal sıkıntılar ve maddi durumlar ile ilişkilidir (Yurtsever, 2009: 197). Bu konuda yapılan başka bir çalışmada stres düzeyleri ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Buna göre bireylerde güvenli bağlanma stiline sahip olanların, güvensiz bağlanma stiline sahip olanlara göre stres düzeylerinin daha düşük olduğu görülmektedir (Perrine, 1998: 27).

Bebek ile bebeğe bakımını veren kişi arasında gelişen ilişki bağlanma olarak ifade edilmektedir. Bu ilişkinin gelişimi daha sonraki yaşamda çeşitlenmektedir. Bowlby (1973'ten akt., Çetin vd., 2017: 81) bağlanmayı şu şekilde tanımlamaktadır: İnsanların kendileri için önemli olan kişilere karşı besledikleri duygusal bağlar bağlanmadır. Bağlanma durumu özellikle kişinin yaşamış olduğu korku ve kaygı anlarında ortaya çıkmakta ve bunu en iyi açıklayan durum, bebeğin annesi veya ona bakan kişi ile kurmuş olduğu bağ olarak ifade edilmektedir. Bağlanmanın temelinde bireyin ihtiyaçlarını karşılama durumu yatmaktadır. Kişinin karşılanması gereken ihtiyaçları yalnızca bebeklik döneminde değil, yetişkinlik döneminde de devam etmektedir. Buna bağlı olarak kişilerde bağlanma davranışı bebeklikten başlayarak yaşadığı süre boyunca devam eden bir durumdur. Bağlanma durumu bebeklik döneminde anne veya bebeğe bakan bakıcıya karşı tek yönlü bağlanma şeklinde gerçekleşmektedir. Fakat yetişkinlik döneminde, kişinin kendisinin de bağlanma nesnesi olması bağlanma davranışını çift yönlü hale getirmektedir (Raja, McGee ve Stanton, 1992: 482-484).

Bowlby (1958) ve Ainsworth'un (1989) bu alanda yapmış oldukları çalışmalardan aktardıklarına göre, üç çeşit bağlanma stili vardır. Bu stiller güvenli, kaygılı- kararsız ve kaçınan durumlarının oluşturduğu ifade edilmektedir. Bu alanda yapılan bir başka çalışma ise Bartholomew ve Horowitz (1991: 227) tarafından gerçekleştirilmiştir. Çalışmalarını yaparken Bowlby ve Ainsworth'tün yapmış oldukları çalışmalardan esinlenerek bağlanmada dörtlü model ortaya koymuşlardır. Ortaya konulan bu bağlanma modelini güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu durumları oluşturmaktadır. Kişilerin güvenli bağlanma stiline sahip olmaları kendilerine ve çevrelerine karşı olan düşüncelerinde ve algılarında olumlu olmaktadır. Bu bağlanma stiline sahip olan bireyler insanlarla iletişim kurma konusunda problem yaşamamakta ve karşılıklarına çıkan problemler ile başarılı bir şekilde baş etmektedir. Bunun yanında insanlardan herhangi bir konuda yardım istemekten çekinmemektedir. Bir diğer bağlanma stili olan saplantılı bağlanma stilinde, kişilerin kendileri ile ilgili algılamaları olumsuzdur. Fakat kendi dışındaki diğer insanlara olan algısında insanları değerli ve olumlu görmektedir. Bu tarz kişilerin kendilerine olan özgüvenleri düşüktür ve bir konuda kabul görmek için diğer insanların düşüncelerini önemsemektedirler. Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan kişilerin ise kendileri ile ilgili algıları olumludur. Ancak diğer insanlara karşı olan algılarında onları değersiz ve olumsuz bir şekilde görmektedirler. Bu kişiler yüksek özgüvene sahiptir ve kendisi dışındaki insanları değersiz görmektedirler. Bireylerin korkulu bağlanma stiline sahip olmaları kendilerini ve diğer insanları olumsuz olarak algılamalarına sebep olmaktadır. Bu tarz kişiler insanlarla yakın ilişki kurmaktan kaçınırlar ve ilişkilerinde mesafeli davranmaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227-228). Bağlanma, bireyin yaşamında çok kritik bir öneme sahip olduğundan birçok araştırmaya konu olmuştur. Örneğin, bireylerin bağlanma stilleri ve iletişim becerileri (Kılıç, 2016; Yılmaz, 2007), stres ile başa çıkma durumları (Altundağ, 2011), karar verme stilleri (Yılmaz, 2015: 30), kimlik statüleri (Baş, 2013: 23), sınav kaygısı ve öz yeterlilik (Erzen, 2013: 32) arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar yer almaktadır. Bu konuda çalışma yapan Perrine (1998) bağlanma stilleri ile üniversite öğrencilerinde algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Bu çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip olan öğrencilerin güvensiz bağlanma stiline sahip olan öğrencilere göre stres seviyeleri anlamlı bir şekilde düşük olarak algılanmıştır. Başka bir çalışma da Yurtsever (2009) kişilerin içinde buldukları ortamın koşulları, yaşamış oldukları bilişsel, duygusal ve psikolojik problemler, özel hayatlarında olan problemler ve maddi durumlar ve bireylerin kişisel özellikleri ile stres düzeyleri

arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmektedir. Engin, Demirci ve Yeni (2013) stres ile öğrenme arasındaki ilişkiyi yapmış oldukları çalışmada incelemişlerdir. Yapılan bu çalışmadan alınan sonuca göre, stres seviyesi arttıkça öğrenme azalmakta, stres seviyesi azaldıkça da öğrenme durumu artmaktadır. Baysal ve Özgenel (2019) ise öz düzenleme düzeyleri ve bağlanma stilleri arasında pozitif yönlü olarak anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir. Yapmış olduğu çalışmada Sevingil (2018) ise akademik başarı ve güvenli bağlanma stilleri arasında pozitif yönlü olarak anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Verilen literatür ve araştırmalar bağlamında özellikle ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanma stilleri ile stres düzeyleri ve akademik başarı arasındaki ilişkinin incelenmesi ergenlerin akademik başarılarını geliştirmek açısından önemli görülmektedir. Bu anlamda araştırmanın problem cümlesi *“Ergenlerin bağlanma stilleri ile stres düzeyleri ve akademik başarıları arasında anlamlı ilişki var mıdır?”* şeklinde belirlenmiştir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın temel amacı, ergenlerin bağlanma stilleri ile stres düzeyleri ve akademik başarıları arasında olan ilişkinin incelenmesidir. Çalışmanın temel amacı doğrultusunda aşağıda yer alan sorulara yanıtlar bulunmaya çalışılacaktır.

- Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeyleri;
- Cinsiyetlerine,
- Anne eğitim seviyelerine,
- Baba eğitim seviyelerine,
- Ekonomik durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile algılanan stres düzeyleri ve akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
- Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları akademik başarılarını yordamakta mıdır?
- Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları algılanan stres düzeylerini yordamakta mıdır?

- Ergenlerin algılanan stres düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır?
- Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeyleri birlikte, akademik başarılarını yordamakta mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Günümüzdeki eğitim anlayışına göre öğrencinin başarılı sayılabilmesi için akademik olarak başarılı olması gerekmektedir. Öğrencilerin akademik başarılarını okul, çevre, akran, aile ve bireysel özellikleri etkilemektedir. Konu ile alakalı olarak literatür taraması yapıldığında akademik başarıya etki eden birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörler şu şekilde aktarılmıştır (Sarier, 2016: 620):

- Öz yeterlilik algısı,
- Öğrencinin motivasyon durumu,
- Benlik saygısı,
- Öğrencinin ders çalışma alışkanlığı durumu,
- Öğrencinin derslere yönelik tutum ve davranışları,
- Okul kültürü,
- Öğretmenlerin tutum ve davranışları,
- Okul müdürünün liderlik yapması durumu,
- Ailenin tutum ve davranışları,
- Ailenin sosyoekonomik seviyesi,
- Ailenin eğitim seviyesi ve eğitime katılımları,

İş seçimi ve okul seçimi gibi alanlarda akademik başarı etkili olmaktadır. Dolayısıyla istediği işe ya da okula girmek için gerekli olan akademik başarıyı sağlamak öğrencilerde strese neden olmaktadır. Başka bir ifade ile akademik başarıları istediği seviyede olmayan öğrenciler stresli olmaktadır. Bu konuda Engin, Demirci ve Yeni'nin (2013: 297) yapmış olduğu çalışmadan çıkan sonuca göre, öğrenme ve stres

arasında negatif yönlü olan anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır. Buna bağlı olarak stres düzeyi azaldıkça öğrenme artmakta stres düzeyi arttıkça öğrenme azalmaktadır.

Kişilerin günlük hayatlarında içinde bulunduğu stres durumu kişilerin verimliliğinin düşmesine neden olmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2002: 13). Hayatın her alanında olan stres farklı şekillerde kendini göstermektedir. Bu stres oluşumunu birçok faktör belirlemektedir. Özel yaşam, kişilik özellikleri, maddi sıkıntılar bu faktörler arasında yer almaktadır ve bu alanda yapılan çalışmalar bulunmaktadır (Yurtsever, 2009: 197).

Literatür incelendiğinde akademik başarı ile ilgili birçok farklı çalışmaya rastlanmaktadır. Bu çalışmalara baktığımızda akademik başarı bazı değişkenleri etkilemekte ve bazı değişkenlerden etkilenmektedir. İnce Yakar (2017) derslerde görsel öğelerden faydalanmanın akademik başarıyı arttırdığı sonucuna ulaşmıştır. Karaşar ve Kapçı (2016) ise akademik başarı ile okula bağlılık arasındaki ilişkiyi incelemiş ve akademik başarının okula bağlılığı yordamadığı sonucuna ulaşmıştır. Sevingil (2018) güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilerin akademik başarılarının diğer bağlanma stillerine sahip öğrencilere göre anlamlı şekilde daha yüksek olduğunu belirtmektedir.

Toplumumuzda akademik başarıya büyük önem verilmektedir. Akademik açıdan başarılı olan bireylere toplumun bakış açısı daha olumludur. Bu bağlamda kişinin akademik açıdan başarılı olması toplum tarafından kabul edilirliliğini kolaylaştırmaktadır. Akademik başarının toplum tarafından bu denli önemli olması kişide strese yol açacağı düşünülmektedir. Stresin öğrenme ile negatif yönlü bir ilişki içinde olduğu daha önce yapılan çalışmalar tarafından ortaya konulmuştur (Aksakal, Seven ve Sayan, 2016; Engin, Demirci ve Yeni, 2013). Dolaylı yoldan stresin akademik başarıyı düşürdüğü veya düşük akademik başarının strese yol açtığı sonucuna ulaşabiliriz. Ayrıca benzer başarı durumlarına sahip kişilerin farklı derecelerde stresi algılaması da olasıdır. Stresin farklı derecede algılanması içsel ve dışsal birçok farklı nedenle olabilir. Perrine (1998) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin stres düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmada ise lise eğitimine devam etmekte olan ergen öğrencilerin bağlanma stilleri ile stres düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amaçlanmaktadır. Yapılan bu çalışma sonunda elde edilecek olan bulgular sayesinde ergenlerin bağlanma stilleri ve stres düzeyleri ile akademik başarı arasındaki ilişkinin açıklanması, stres seviyeleri ile akademik başarıya etki eden

değişkenlerin belirlenmesinde katkıda bulunulması, bunların ergenleri anlama noktasında başta aileler olmak üzere öğretmenlere, psikolojik danışmanlara ve ruh sağlığı uzmanlarına fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanında eğitimde teori ile araştırma ve uygulama çalışması yapacak olan araştırmacılar için faydalı olacağı düşünülmektedir.

1.4. Sayıtlar

Bu çalışmanın varsayımları şu şekildedir:

- Çalışmanın örneklemini oluşturan katılımcıların ölçekleri içten ve doğru olarak yanıtladıkları varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Çalışmanın sınırlılıkları, çalışmayı yapmak isteyip de yapamadığı, zaman, kontrol ve maliyet gibi sebeplerden ötürü çalışmaktan vazgeçtiği durumlar olarak ifade edilmektedir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2019: 73). Bu çalışmada bulunan sınırlılıklar şu şekilde ifade edilmektedir:

- Bu çalışma İstanbul ili Küçükçekmece ilçesinde 2020-2021 eğitim-egitim öğretim döneminde devlet kurumlarında lise eğitimine devam etmekte olan ergen öğrenciler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Bağlanma: GBebeğin annesine ve bakıcısına karşı kurmuş olduğu bağıdır. Bireylerin yaşadıkları korku, yorulma ve hastalık durumlarında başka kişilerle yakınlık kurma isteğidir (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 226).

Bağlanma Stilleri: Bebeklerin bakıcısı ile aralarında gelişen ilerleyen dönemlerde tüm hayatına etki ettiği düşünülen bağlanma davranışı olarak ifade edilmektedir (Bowlby 1973'ten akt., Çetin vd., 2017: 81). Bağlanma stilinin dört farkı türü bulunmaktadır. Bunlar güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olarak ifade edilmektedir (Bartolomew ve Horowitz, 1991: 227).

Stres: Kişilerin fizik ve sosyal çevreden gelen uyarıcılar ile yaşamış olduğu gerilim olarak ifade edilmektedir (Cüceloğlu, 2006: 321). Kişilerin duygusal ilişkilerini olumsuz yönde etkileyen, verimliliğini düşüren ve hayattan zevk almasının önüne geçen etmenlerin başında stres yer almaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2002: 13).

Akademik Başarı: Eğitim-öğretim dönemi boyunca belirlenmiş olan hedef davranışlara ulaşmanın yıl sonunda not ortalaması ile ifadesidir.



İKİNCİ BÖLÜM

KAVRAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Ergenlik

Yaşam boyu insanlar sürekli olarak bir değişim ve gelişim içerisindedir. Yaşamda yer alan bu gelişim süreci içerisinde en önemli yeri ergenlik dönemi kapsamaktadır. Ergenliğin tanımı farklı şekillerde yapılmaktadır. İnsan yaşamında çocukluk yılları ile yetişkinlik dönemi arasında kalan dönem ergenlik dönemi olarak ifade edilmektedir. Fakat ergenlik bireysel, toplumsal ve kültürel koşullardan etkilendiğinden dolayı net olarak bir tanımda bulunulması güçtür (Ekşi, 2011: 50).

Latince olan “Adolescere” fiili büyümek ve yetişkinliğe geçme anlamı taşımaktadır. Ergen sözcüğü bu Latince fiilden türemiştir. Batı literatüründe ergen kelimesinin karşılığı olarak bu fiil kullanılmaktadır. Bu kelime yapı olarak bakıldığında bir durumu değil bir süreci ifade etmektedir (Yavuzer, 2005: 58). Türk Dil Kurumu Sözlüğü’nde (2021) ergenlik sözcüğü: “*Cinsel organların fizyolojik gelişmesiyle başlayan, buluşa ermişlikle yetişkinlik arasındaki dönem, yeni yetmelik, ergenlik çağı*” olarak tanımlanmaktadır.

Geçmişten günümüze kadar yapılmış olan çalışmalarda ergenlik döneminin fırtınalı bir süreç olduğu ifade edilmektedir. Sokrates bu durumu, gençlerin otoriteye karşı küçümseyici tavırlar ve lüks merağı içinde olması şeklinde açıklamıştır. Platon ise, gençlik dönemini ruhsal bir sarhoşluk olarak tanımlarken, Aristo da gençlerin mantıktan yoksun, dürtüleri ile hareket eden, tutkularına yenilen ve eleştiriye tahammül göstermeyen yaratıklar olduğunu ifade etmiştir (Dacey ve Travers, 1996: 31).

Ergenlik ile ilgili yapılan binlerce yıl öncesine ait olan görüşler günümüzde yapılan ergenliğin tanımı ile benzerlik gösterse de bu alanda yapılan çalışmalar ile ergenliğin farklı tanımları yer almaktadır. Bu alanda bilinen ilk kitap G. Stanley Hall’ın kaleme aldığı ve ergenlerle ilgili olarak yazılan ilk bilimsel kitap olma özelliğini taşıyan 1904 yılında yayınlanan “Adolescence” dır. Bu kitabın yayınlanmasının ardından ergenlerle ilgili çalışmalar artış göstermiş ve günümüzde ergenlerle alakalı olarak çok sayıda çalışma bulunmaktadır (Ekşi, 1990: 44).

G. Stanley Hall, ergenliği tanımlarken Darwin'in evrim teorisinden etkilenmiştir ve buna bağlı olarak ergenlik dönemini yeniden doğum dönemi olarak ifade etmiştir. Hall'ın ifade ettiğine göre ergenliğe girmiş olan bir kişi insanlığın uygarlığa ilk geçtiğinde yaşamış olduğu zorlukları tek başına tekrar yaşadığını ifade etmiştir. Ergenlik döneminde olan kişilerin tepkilerinde ve insani değerleri arasında kalarak yaşadığı çatışma ile oluşan stres ile karşılaşır. Bundan dolayı Hall ergenlik döneminin stres ve fırtına dönemi olduğunu söylemiştir (Ekşi, 1990: 47; Kulaksızoğlu, 1998: 58; Özbay ve Öztürk, 1992: 50).

Anna Freud 1930'lu yıllarda ergenler ile ilgili olarak bencil olduklarından, kendilerinin dünyanın merkezi zannettiklerinden ve fedakâr bir yapıda olduklarından söz etmiştir. Anna'ya göre ergenler yalnızlığı tercih ederek insanlardan uzaklaşırken bir taraftan da toplumun içinde yer almayı arzularak toplumda yer almaya başlamışlardır. Ergenler bir lidere boyun eğerken diğer taraftan da tüm lider ve yetişkinlere karşı gelmektedirler. Kısacası Anna Freud ergenlik dönemi içerisinde olanların duygusal olarak değişken ve dengesiz bir yapıda olduklarını ifade etmiştir. Anna'ya göre bu ergenlik döneminde kişiler zıt davranış kutupları arasında bir uçtan diğer uca değişken davranışlar göstermektedir. Kişinin aynı anda uyum ve uyumsuzluk göstermesi, neşe ve hüznün içerisinde olması, bencillik ve yardımseverlik davranışlarında bulunması bunlara örnek olarak gösterilebilir (Akt., Ekşi, 2011: 49). Bu konuda bir başka tanım ise Jung tarafından yapılmıştır. Ona göre, ergenlik döneminde meydana gelen fiziksel değişimler ve bu değişimlere eklenen ruhsal değişimlerden meydana gelmektedir. Çocukluk çağı sonlanan genç gerçek yaşam ile baş etmeye başlamaktadır (Akt., Geçtan, 2005: 38). Lewin ise ergenleri "*eşitlikteki yetişkin*" tanımlamaktadır. Bir başka tanımda Piaget'e aittir, o ise mesleki karar verme ve eş seçimi gibi konular ergenlik döneminde alınan kararlar arasında yer almaktadır ve bu açıdan ergenlik döneminin bir dönüm noktası olduğunu ifade etmiştir (Günce vd., 1985: 70).

Parman (1998) ergenliğin tanımını yaparken Fransız psikiyatrist ve psikanalist Françoise Dolto'nun fikir ve görüşlerinden etkilenmiş ve ergenlik döneminin kişilerde ikinci bir doğum olduğunu ifade etmiştir. Parman'a göre ergenlik, kişiyi çocukluk döneminden çıkarıp yetişkinlik dönemine hazırlayan geçiş evresidir. Dolto ergenlerin en az bebekler kadar dayanıksız ve kırılğan bir yapıda olduklarını söylemektedir. Buna bağlı olarak ergenlik döneminde kişilerin kırılğan ve zayıf olduğunu ifade etmektedir

(Parman 1998'den akt., Dinçel, 2006: 78). Ergenlikle ilgili yapılan başka bir tanım ise, fiziksel, sosyal ve zihinsel olgunlaşma ergenlik döneminde gerçekleşmektedir (Gander ve Gardiner, 2010: 43). Ergenlik dönemi ile alakalı yapılan tüm tanımlardan yola çıkan Bahadır (1994) genel bir tanım yapmıştır. Bahadır'a göre biyo-psiko ve sosyal açıdan en önemli gelişmeler, duygulara, fikirlere ve tutumlar da olan en kritik değişimler, davranışlarda ve tavırlarda bocalamanın yaşanması ergenlik dönemi olarak ifade edilmektedir (Akt., Gürsu, 2011: 33).

Kısaca; ergenlik döneminde biyolojik, psikolojik, bedensel, sosyal ve zihinsel açıdan gelişimler ve değişimler yaşanmaktadır. Bu dönemde yalnızca bunlarda değişim yaşanmamakta aynı zamanda bu dönemde birincil ve ikincil cinsiyet değişimleri de kişi tarafından kazanılmaktadır. Ergenlik döneminde sosyal ve ahlaki değişimlerin yaşandığı ve sorumluluk bilincinin kişide yükseldiği bir dönemdir, bunun yanında bu dönemde zihin kapasitesi gelişerek siyasal, sosyal, ekonomik ve kültür alanlarında da değişimler görülmektedir (Steinberg, 2007: 68). Ergenlik döneminde meydana gelen niteliklerden üç tanesi bu dönemi çok önemli olduğunu göstermektedir. Bu nitelikler üreme organlarının faaliyete geçmesi, soyut düşünme becerilerinin gelişimi ve toplum içerisinde yeni roller edinmeye çalışılması olarak ifade edilmektedir (Steinberg, 2007: 68).

- Erinlik döneminin başlaması,
- Bu dönemde ileri düşünme becerilerinin gelişimi (soyut düşünme),
- Bu dönemde toplum içerisinde yeni roller edinmeye çalışılması.

Ergenlik sürecinin sınırları araştırmacılar tarafından değişik görüşlerde yer almaktadır. Ergenlik dönemi süreci bazı araştırmacılara göre fizyolojik, finansal, coğrafi ve sosyal faktörlere göre sınıflandırılırken bazı araştırmacılar bu dönemi yaşa göre sınıflandırmaktadır (Bahadır, 2001'den akt., Gürsu, 2011: 43). Ergen, öğrenim gören, yaşamına devam edebilmek için çalışmayan ve kendine ait bir evi olmayan şeklinde UNESCO tarafından tanımlanmaktadır. UNESCO bu dönemin yaş aralığını 12-25 yaş arasında tanımlamaktadır (Akt., Kulaksızoğlu, 1998: 52). Ergenlik dönemi 12-21 yaş aralığında olan sosyal, fiziksel ve zihinsel olgunlaşmanın yaşandığı bir dönemdir (Kulaksızoğlu, 1998: 52). Ergenlik döneminin ne zaman tamamlanacağı tam olarak bilinmemekte, bu dönem kişilerin bağımsızlaşarak sosyal açıdan üretkenlik geliştirmesi ile son bulmaktadır (Atabek, 2002: 80). Sosyal Bilimciler tarafından

incelenen ergenlik dönemi, üç farklı evrede incelenmeye alınmaktadır. Ergenlik döneminin incelenmesinde ayrılan bu evreler ilk, orta ve son ergenlik evresi olarak ayrılmaktadır. İlk ergenlik evresi 10-13 yaş aralığında, orta ergenlik evresi 14-17 yaş aralığında ve son ergenlik evresi 18-22 yaş aralığında gerçekleşmektedir (Steinberg, 2007: 57). İlk ergenlik evresi, üreme yeteneğinin gelişimi ile zirveye ulaşan bir dönem noktasıdır. Fakat bu dönem tek bir olaydan meydana geliyor gibi görünmektedir. Bu dönemde bedenin iki önemli açıdan değişimine cinsellik ve gelişim hormonlarının gelişimi zemin hazırlamaktadır. Bedende meydana gelen bu değişimlere cinsel organların gelişimi ile beyin, kemik, kas organları ve daha başka organların gelişimi etkili olmaktadır. İlk ergenlik evresinin en belirgin özelliği cinsel organların değişime uğramasıdır (Bee ve Boyd, 2009: 89).

Orta ergenlik evresinde genel olarak otoriteye karşı gelme durumu vardır. Bu dönemde güçsüz hissetme, yalnız olma, ümitsizlik hali, hüznü olma, karamsarlığa kapılma ve depresyona girme durumları yaşanmaktadır. Orta ergenlik döneminde kişi sevgi arayışını ailesinde değil başkalarında aramaya başlar ve bu da kişide ruhsal sıkıntılara, intihar girişimine, madde kullanımına yönelmeye ve evi terk etmeye sebebiyet vermektedir. Bu dönemin ön planda olan özellikleri arasında soyut ve eleştirel düşüncenin güçlenmesi ile kararsızlık, dağınık olma, düzensiz çalışma, onaylanmaya ihtiyaç duyma ve sorumluluk isteğinde güçlenme yaşanması ve kişilik problemleridir. Bu dönemde bu sıkıntıların görülmesi cinsel rollerin belirgin hale gelmesi ile cinselliğe olan istek ve akranları ile özdeşleşmeye eğilim artması ve zihinsel gelişimin yaşanmasıdır (Bahadır, 2001; Ekşi, 2011; Gürsu, 2011).

Ergenlik döneminin son evresinde ise; bağımsızlık arzusunun artması, bunalım, aileden kopma ve çelişkilerde azalma yaşanmasıyla beraber olgunluğun artması ve istikrarlı olma durumu görülmektedir. Bu evrede alınan kararlar da daha sağlıklıdır; ilgi duyulan alanlar, beceriler önceki evrelere göre daha gerçektir ve bu dönemde kişisel seçimlerin daha ön plana çıktığı görülmektedir. Bu dönemde iletişim kurma becerileri gelişim göstermekte ve yaşamsal değerler ve yargıların sağlamlaşması, uyumlu olma ve denge kurma kapasitesinin artması ile bu evrede gerçekçi bir kimlik duygusunun geliştiği görülmektedir. Bu evre meslek seçimi ve eş seçimi gibi önemli kararların alınacağı bir hazırlık evresi olarak ifade edilmektedir (Gürsu, 2011: 52).

2.1.1. Ergenlikte Temel Gelişim Görevleri

Büyüme sürecinden sonra gelişim evresine geçilebilmesi için, gelişim evresinde bulunan bazı görevlerin başarılanması gerekmektedir. Gelişim aşamasında bulunan bu farklı görevleri “Gelişimsel Görevler” olarak tanımlayan Havighurst (1972)’a göre gelişim döneminde başarılanması gereken bu görevlerin başarılı olarak tamamlanması kişiye psikolojik olarak huzur sağlamak ve kişinin öz saygısını geliştirmektedir. Bu görevlerin başarılı bir şekilde tamamlanmamasının ise mutsuzluğa sebep olduğunu ifade etmektedir. (Çelik, 2007: 25). Kişinin gelişime ulaşması için tamamlaması gereken görevlerin gecikmesinde kişinin sosyal çevresinin etkisi olduğu savunulmaktadır (Dinçel, 2006; 55). Gelişime ulaşılması için tamamlanması gereken görevlerin başarısız olması toplumda onaylanmamaktadır ve bu durumda tamamlanması gereken yeni görevlerde başarısız olmaya sebebiyet vermektedir (Çelik, 2007: 28).

Ergenlik döneminde, çocukluk döneminde olduğu gibi bazı gelişimsel görevlerin yerine getirilmesi gerekmektedir. Ergenlik döneminde yerine getirilmesi gereken görevlerde sosyal çevrenin belirleyici faktör olduğu görülmektedir. Bunun yanında toplumlarda ergenlerle alakalı olarak beklentiler değişmektedir. Buna örnek verecek olursak; ergen bir kimsenin bağımsız olmak isteği olduğunda kültürel farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Bağımsızlaşma hareketine toplumların etkisi değişmektedir. Kolektif toplumlarda bireyin bağımsızlaşma hareketine girmesinde ailenin kararları ön plandadır ve bu toplumlarda bireylerin bağımsızlaşma hareketine girmeleri daha geç yaşlarda gerçekleşiyor iken bireyci toplumlarda durum gençlerin kişisel kararlarını erken yaşlarda vermeleri yönündedir (Şahin, Gökler, Şahin, Erkal, Araz, Batıgün, Gökler ve Yılmaz, 2003: 23). Ergenlik dönemi üzerine yapılan araştırmalarda, ergenliğin birbirine benzediğine ancak kültürel farkların da olduğu ifade edilmektedir (Özbay vd., 1991: 18).

Havighurst’un ifade ettiğine göre gelişimsel görevler, toplumun beklentilerine göre ve yaşa özel hedefler olarak ifade edilmiştir. Bireylerin gelişimsel görevleri, ergenlik döneminde gerçekleşen biyolojik değişimler yaşla alakalı olarak kültürel etmenlere dayanmaktadır. Bireylerin gelişimsel görevleri detaylı olarak formüle edilmişse de eğitim alma, iş ve eş seçimleri, aile kurma, karşı cinsle ilişki geliştirmek ve kişisel sorumluluklar üstlenmek ve başkalarının beklentileri gelişimsel hedefleri kapsamaktadır (Nurmi, 1991: 42). Kız ya da erkek ergenlerin

temel olan on tane gelişim görevi şu şekilde sıralanmaktadır (Çelik, 2007: 5):

- İki cinsten de akranları ile kuracağı yeni ilişkilerde daha olgun ve başarılı olmak,
- Toplumda yer alan erkek ve kadın rolünü başarmak,
- Fiziksel özelliklerini kabullenerek bedenini daha iyi bir şekilde kullanmak,
- Duygusal olarak bağımsızlığını kazanmak,
- Ekonomik olarak bağımsız olmak ve bunun güvencesini elde etmek,
- Mesleki seçimde bulunmak ve ona göre hazırlanma sürecine girmek,
- Eş seçimi ve aile kurmak için hazırlanma,
- Yurttaşlık için gerekli olan zihinsel becerilen gelişmesi ve kavramların geliştirilmesi,
- Topluma karşı sorumlu olmak ve sorumlulukları yerine getirmek,
- Davranışlarına kılavuz olması açısından değerler ve etik sistemi oluşturmak şeklinde sıralanmaktadır.

Gelişimsel görevler başarılı bir yaşam için önşart olarak kabul edilmektedir. Bu görevleri başarıyla tamamlayan ergen birey içsel olarak huzura ulaşmakta, toplum tarafından onaylanmakta ve sırada gelişim evresinin görevlerini tamamlamak için yeterli özgüvene sahip olmaktadır. Gelişimsel görevler başarılı bir şekilde tamamlanamadığı takdirde ise toplum tarafından onaylanmamakla birlikte sonraki gelişim görevlerinin tamamlanması da zorlaşmaktadır. Bu nedenle gelişimsel görevlerin bireylerde stres kaynağı olabileceği düşünülmektedir.

2.1.2. Ergenlikte Psikolojik Gelişimin Boyutları

Büyüme ve gelişme döneminin sonucunda, davranışsal ve bilişsel olarak ortaya çıkan ruhsal durumların hepsi psikolojik gelişim olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2000; Külahoğlu, 2004'ten akt., Gürsu, 2011: 58). Psikolojik gelişim tanımından hareketle çalışmanın bu bölümünde ergenlerin psikolojik gelişimi incelenmiştir. Bu bölüm altında incelenecek olan başlıklar sırası ile ergenlikte bedensel ve cinsel gelişim,

ergenlikte bilişsel gelişim, ergenlikte kişisel ve sosyal gelişim, ergenlikte ahlaki gelişim, ergenlikte kişisel gelişim süreçleri şeklinde yer almaktadır.

2.1.2.1. Ergenlikte Bedensel ve Cinsel Gelişim

Kişinin biyolojik olarak yetişkin bir bireyin boy ve kilosuna ulaşmak, bunun yanında fiziksel ve cinsel olarak nitelikler kazanmasını sağlayan bedensel değişimlerin yaşandığı süreç ergenlik olarak tanımlanmaktadır (Gander ve Gardiner, 2010: 80). Bu dönemde bedende meydana gelen değişim psikolojik ve sosyal gelişim alanlarını tetiklediği için son derece önemli olduğu ifade edilmektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 45). Bu dönemde bireyin bedeninde gerçekleşen gelişim sosyal, duygusal, zihinsel ve ruhsal süreçleri oluşturmaktadır. Kısacası bireylerde meydana gelen biyolojik değişiklikler, fiziksel, zihinsel ve ruhsal alanlarda olacak gelişimler ile devam eden ergenlik dönemini oluşturmaktadır (Yavuzer, 2005: 72).

Buluğ çağında olan giriş işaretleri ile ergenlik dönemi başlamaktadır. Bireyin üreme yeteneğine kavuşması buluğ çağına gelme ile ya da buluğ çağına erişmesi ile gerçekleşmektedir. Bireylerin buluğ çağına girmeleri ile bedenlerinde değişimler yaşanmaktadır. Bunun yanında zihinsel yapısı ve ilgi alanları da gelişmektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 46). Cinsel salgı bezleri vasıtası ile salgılanan hormonların kanda yükselmesi ile birlikte bedensel değişim başlamaktadır. Bu bedensel gelişim sürecinin ilk aşaması beyinde yer alan hipofiz bezinin uyarılmasıyla beraber kızlarda östrojen erkeklerde ise testosteron hormonun yüksek seviyede salgılanması ile oluşmaktadır (Cüceloğlu, 2006: 65). Bu dönemde kadın ve erkek özelliklerinin oluşması için bedensel gelişim süreci hızlanmaktadır (Köknel, 2001: 90).

Genetik, çevresel ve bireysel faktörlerden etkilendiği için buluğ çağının başlangıcı farklılık göstermektedir. Genellikle buluğ çağına erişim kızlarda 11-13 yaş arasında iken erkeklerde bu durum 13-15 yaş aralığında gerçekleşmektedir. Bedensel değişimlere kızlar erkeklerden iki yıl önce başlamış görünse de her iki cinsiyet için de bedensel gelişim aynı dönemlerde tamamlanmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998: 53; Özbay ve Öztürk, 1992: 49). Genç kız ve erkeklerin cinsel kimliklerini ve cinsel yaşamlarını şekillendirecek birincil ve ikincil cinsiyet özellikleri buluğ çağının başlaması ile birlikte görülmektedir (Köknel, 2001: 88). Kızlarda ve erkeklerde meydana gelen bu birincil cinsiyet özellikleri arasında kızların yumurtalık, rahim ve vajina organlarında değişimler görülürken erkeklerin ise testisleri ve penislerinde değişiklikler meydana

gelmektedir (Bee ve Boyd, 2009: 35). Âdet kanaması kızların buluğ çağına ermesinin en belirgin özelliğidir. Kızlarda meydana gelen ilk âdet kanamasından bir yıl sonra ise yumurta üretiminin başladığı görülmektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 52; Özbay ve Öztürk, 1992: 38). Prostat bezindeki gelişim ile üreme organlarının oluşmasına bağlı olarak meydana gelen ilk gece boşalmaları erkeklerin buluğ çağına eriştiklerini göstermektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 40). Kızlarda ve erkeklerde meydana gelen ikinci cinsiyet özellikleri arasında ise, erkeklerde meydana gelen ses kalınlaşması ve sakallanmanın yaşanması yer alırken kızlarda bu durum göğüslerin büyümesi bulunmaktadır. Bunun yanında bu dönemde her iki cinste de tüylenmeler meydana gelmektedir (Bee ve Boyd, 2009: 37).

Bedende meydana gelen değişimlerde boyun uzaması kızlarda 11-14 yaşları aralığında iken erkekler bu durum 13-16 yaş aralığında gerçekleşmektedir. Bu yaş aralıklarında en hızlı boy uzama dönemi yaşanmaktadır. Bu dönemde her iki cinste de yağ artışına bağlı olarak sivilcelenme yaşanmaktadır. Bu dönemde kızlarda yağ dokusunda artış meydana gelirken erkeklerde ise kas dokusu artmaktadır. Boyun uzaması kilonun artışına paralel olarak ilerleme göstermektedir (Özbay ve Öztürk, 1992: 40; Yavuzer, 2005: 50). Boyun uzamasının yanında bedende enine büyümede meydana gelmekte ve buna bağlı olarak kalça, omuzlar ve göğüs kemiklerinde genişlemeler görülmektedir. Gövdede meydana gelen uzama kollarda ve bacaklarda uzamanın durmasına rağmen devam etmektedir. Buna neden olan ergenliğin son döneminde olan boy uzaması olarak ifade edilmektedir. Bu dönemde görünümdeki hızlı değişmeye kafa yapısında meydana gelen büyüme, yüz kemiklerinde oluşan büyüme, çenede uzama ve kalınlaşma neden olmaktadır (Gander ve Gardiner, 2010: 41). Kızların ve erkeklerin ses tonunda kalınlaşmanın meydana gelmesinde gırtlığın büyümesi etkili olmaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992: 41; Yavuzer, 2005: 51).

Bireylerde bu dönemde cinsel yönden bedensel değişimler geçirmesi uyum sorunlarına sebebiyet vermektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 45). Erkeklerde olgunlaşmasını daha kısa sürede tamamlayanlar kas koordinasyonları geç tamamlayan erkeklere göre daha sağlam olmaktadır. Bu durumun yaşanması da ergenin etrafına karşı saygınlığının artmasına neden olmaktadır. Genç erkeklerin bu şekilde erken olgunlaşma ile birlikte kas koordinasyonların sağlam olması karşı cins tarafından dikkat çekmektedir ve karşı cins açısından daha güven veren bir yapıda görünmektedir. Olgunlaşmasını geç tamamlayan erkekler ise daha zayıf olmaktadır ve çevrelerince daha az kabul

görmektedirler (İnanç vd., 2004: 43). Olgunlaşma durumu kızlarda tam aksine şekilde hareket etmektedir. Olgunlaşmasını erken tamamlayan kızlarda çekicilik azalmaktadır. Buna bağlı olarak erken olgunlaşmaya giren kızlar bu döneme adapte olmaya çalışırken içe dönük bir ruh haline bürünmektedir. Bu konu ile alakalı olarak yapılan çalışmalardan elde edilen verilere göre olgunlaşmasını geç tamamlayan kızların daha kolay uyum sağladıkları gözlemlenmiştir. Tüm bunlara bağlı olarak olgunlaşmasını geç tamamlayan erkekler ile olgunlaşmasını erken tamamlayan kızların uyum sıkıntısı çektiği ifade edilmektedir söylenebilir (Ceyhan, 2002'den akt., Dinç, 2010: 33). Kızlar ve erkekler açısından 18-20 yaş aralığında cinsel gelişimleri tamamlanmaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992: 47).

2.1.2.2. Ergenlikte Bilişsel Gelişim

Ergenlik döneminde meydana gelen bedensel ve cinsel değişikliklerin yanında bilişsel yetenekler de değişmektedir (Gander ve Gardiner, 2010: 33). Ergenlik döneminde gelişim gösteren bilişsel yetenekler ile akıl yürütme, dil, düşünme ve hafızada gelişmeler meydana gelmektedir (Gürsu, 2011: 82). Bilişsel gelişimin yaşanması ergenlik dönemi için son derece önemlidir. Ergenlik döneminde bilişsel gelişimin önemli olmasının sebebi yetişkin düşüncelerine yönelik bilişsel becerilerin bu dönemde başlamasıdır. Ergenlik sürecinde meydana gelen gelişimler yalnızca aile, akran, okul hayatını değil tüm dünyaya olan bakış açısını bilişsel gelişim etkilemektedir (Gander ve Gardiner, 2010: 57).

Jean Piaget çocukların ve ergenlerin bilişsel gelişim sürecini inceleyen ilk insan olarak bilinmektedir. Piaget'in bilişsel gelişim kuramı sayesinde ergenlerin bilişsel gelişim süreci bilinmektedir (Dinçel, 2006: 47). Piaget'in kuramına göre, yetişkinlerden farklı nitelikte olan çocukların zihinsel yapıları ile dünyayı algılama biçimleri yetişkinlerden farklı olmaktadır. Piaget'e göre yaşa bağlı olarak gelişim gösteren olgular arasında zihinsel yapı ve zekâ yer almaktadır. Kişideki bu olgunlaşma süreci doğduğu andan itibaren ergenlik döneminin sonuna kadar devam etmektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 58).

Piaget'in bilişsel gelişim kuramına göre, doğumdan başlayarak ergenlik döneminin sonuna kadar dört aşama halinde zihinsel gelişim gerçekleşmektedir. Bu gelişimin dört aşamasından birinci duyuşsal motor dönemidir ve doğumdan itibaren 18. aya kadar sürmektedir. Bu dönemde bebek çevresinde olan şeylere karşı eylemde bulunmak amacıyla duyuşsal motor becerilerini kullanmaktadır. Zihinsel gelişimde ikinci aşama

ise işlem öncesi dönem olarak ifade edilir ve 18. aydan itibaren 6 yaşa kadar devam etmektedir. Bu dönemde semboller kullanılmaya başlanmaktadır ve dönem açısından en öne çıkan özellik olarak ifade edilmektedir. Zihinsel gelişimin üçüncü aşaması ise soyut işlemler dönemidir ve 6-12 yaş arasındaki süreyi ifade etmektedir. Bu dönemde mantıksal düşünme becerisi gelişirken soyut düşünme becerisi gelişim göstermemektedir. Zihinsel dönemin dördüncü ve son aşaması ise soyut işlemler dönemi olarak ifade edilmektedir. Bu dönemde soyut işlem becerileri açığa çıkmakta ve gelişim göstermektedir (Bee ve Boyd, 2009: 42).

Olayların sebeplerini araştırmaya yönelik olan düşünce soyut düşünme olarak açıklanmaktadır. Mantıksal analiz becerileri, eylemlerde bulunmadan evvel çıkarımlarda bulunmak ve varsayımsal olasılıklar soyut düşünme kapasitesine girmektedir. Problemlerin çözülme aşamasında deneme yanılma yöntemi yerine sistematik bir yaklaşım kullanılmaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992: 59). Bu dönemde çocuk objelerin yanında düşünceleri ve varsayımsal olguları manipüle ederek örgütlemektedir (Bee ve Boyd, 2009: 42). Düşünsel açıdan düşünme, olasılıkları görme ve kuram geliştirme ergenlik dönemi olarak tanımlanmaktadır. Olayları farklı açılardan görebilmek ergenlik döneminde olanlara düşünsel esneklik sağlamaktadır (Yavuzer, 2005: 72). Ergen kişiler atasözleri ve deyimlerde neyin anlatıldığını ya da ima edildiğini algılamaya çalışır ve sözcüklerin arkasında farklı anlamlar aramaktadır. Bir metinde yer alan ana düşünce ergenler tarafından kolaylıkla anlaşılabilir (Kulaksızoğlu, 1998: 52). Geleceğe yönelik planlar kurma, kendine öz eleştiride bulunma, değerler sistemi oluşturma ve kendini kabullenmesi için ergenlerin soyut düşünme becerisini kazanmış olmaları lazımdır.

Ergenler soyut düşünme becerisini kazanarak gelecek için planlar yapar, kendilerine dair öz eleştiride bulunur, değerler sistemini oluşturarak kendisini tanıyarak kabul etmektedir. Kişide soyut işlem Piaget'e göre iş birliği neticesinde meydana gelmektedir. Gençlerin hayatında fikir alışverişinde bulunmak ve tartışmalar yapmak önemli bir yere sahiptir (Yavuzer, 2005: 73). Ergenlerin geleceğe yönelik bakış açıları ve karşılaştıkları karışık problemler karşısında çözümler geliştirerek yaşamlarında değişikliklerin olmasını sağlamaktadır (Gander ve Gardiner, 2010: 63). Ergenler dünyanın varoluşsal sebeplerini arar, bunun üzerine tartışır ve bunun için mantıksal nedenler aramaktadırlar. Ergenlerin bu şekilde her şeyi sorgulamaya başladıkları süreçte ahlaki kuralları da sorgulamaya başlamaları ile ailelerde çocuklarına karşı bir

endişelenme durumu başlar ve bunun sonucunda ergen ve aile arasında büyük boyutta tartışmalar ortaya çıkmaktadır. Buna bağlı olarak ailesi ile tartışmaya giren ergen bireylerin ideal bir anne baba nasıl olmalıdır düşüncesine girmeleri sonucunda ergen birey ve ebeveynler arasında olan gerginliğin artmasına neden olmaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992: 64).

Ergenlerde yaşanan bu değişim durumları Elkind'in (1987) ifade ettiğine göre, ergenlerde yaşanan değişimler farklı bir şekilde olan ego benmerkezciliğini başlatmaktadır. Buna bağlı olarak ergenler kendilerini bir sahnede hissederler ve kendisi dışındaki herkesin onu izlediğini düşünürler ve başkalarının düşüncelerine göre hareketlerini gerçekleştirirler. Elkind, bilişsel gelişimin olumsuz yönü olarak benmerkezciliği ifade etmektedir. Fakat ne kadar olumsuz olsa da bu dönemde farklı duyguların açığa çıkması yönü itibari ile yararlı görmektedir. Bilişsel yapı ve kişilik dinamiğinin ilişkilendirilmesi noktasında benmerkezcilik özelliği önem teşkil etmektedir (Siyez, 2009'den akt., Gürsu, 2011: 85).

Bilişsel gelişimde meydana gelen değişimlerden dikkat etme becerisi ve seçici dikkat ergenlik döneminde gelişim göstermekte ve iyi bir şekilde kullanılmaktadır. Konsantrasyon, odaklanabilme, okuduğunu hemen anlama, problemler karşısında çözüm bulmayı kolaylaştırma dikkat etme becerisinin gelişmesi ile mümkün olmaktadır. Ergenlerde gerçekleşen bilişsel gelişim ile yaşanan olaylar ya da insanlara karşı olan tutum ve davranışlarda farklılaşmalar gözlenirken başkalarına karşı olan duygularında ve inançlarını yorumlamalarda artış gözlenirken ergen bireyler yargılamaya başlamaktadır (Steinberg, 2007: 48).

2.1.2.3. Ergenlikte Kişilik Gelişimi

Bir insanı diğer insanlardan farklı kılan tüm niteliklerin ve çevreye olan uyum için geliştirdiği davranışlar kişilik olarak tanımlanmaktadır (Yörükoğlu, 2000: 84). İnsanın sosyal ve psikolojik olarak verdiği tüm tepkiler kişilik olarak tanımlanmaktadır. Kişilik kavramı, kişilerin kendilerine has özelliklerini ve onu diğer kişilerden ayıran özelliklerini ifade etmektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 66).

Kişinin hayatının ilk dönemlerinde çevresinde ve sürekli olarak etkileşim içinde bulunduğu kişilerle uyumu sonucunda kişiliğin çekirdek yapısı oluşmaktadır. Kişiliğin ana hatlarının belirginleşmeye başlaması altı yaşlarında gerçekleşirken, kişiliğin son haline gelmesi ergenlik döneminin sonlarında gerçekleşmektedir. Kişiliğin

şekillenmesi uzun bir sürede oluştuğu için kolay kolay değişim göstermemektedir (Yörükoğlu, 2000: 88).

Kişilik gelişiminde, kişinin kendi niteliklerinin farkına varması ve kendine olan farkındalığının gelişmesi etkili olmaktadır. Ergenlik döneminde kişinin niteliklerinin farkına vararak nitelikleri hakkında fikir sahibi olması ve niteliklerin değer, davranış ve tutarlılık açısından tutarlı hale gelerek sürekli olmaktadır. Rosenberg'e göre ergenlik döneminde ben farkındalığı durumu ben bilinci halini almaktadır (Aydın, 2005: 77).

Kişinin değişim içinde olması ve onun değişmekte olan çevresi ile olan etkileşiminin incelenmesi kişilik gelişimi olarak anlaşılmaktadır. Ergenlik döneminde gerçekleşen bedensel ve zihinsel olarak iç değişimlerin yaşandığı süreçte ergenin bireyin kişilik oluşumunu toplumsal beklentiler de etkilemektedir (Grotevant, 1995: 54). Kişinin özdeşimleri ve kişisel olarak verdiği çabalar sonucunda kimlik oluşumunun büyük bir kısmı oluşturulmaktadır. Bu noktada kimlik kazanımı için gerekli olan hususlar şu şekilde ifade edilmektedir (Dereboy, 1993: 52):

- Ergen bireyin meslek seçimini belirlemesi,
- Ergen bireyin yaşam stilini belirlemesi,
- Ergen bireyin karşı cins ile temelli sevgiye dayanan ilişkiler kurması,
- Ergen bireyin siyasi, dini ve felsefi alanlarda fikirler benimsemesi,
- Ergen bireyin kendini bir gruba dahil etme ve kendine dair değerler oluşturması kimlik kazanımı için son derece etkili olmaktadır.

Ergen bireyin en temel görevi kimlik oluşturmaktır. Kimlik oluşturma Erikson'a göre, kişinin kendisi ile ilgili görüşler ile ulaşmak istediği çaba içinde bulunduğu durumu ifade etmektedir (Dacey ve Kenny, 1994: 18). Geçmiş, içinde bulunulan zaman(şimdi) ve geleceğin bir bütün halini alarak benlik kavramının oluşması kimlik arayışı olarak ifade edilmektedir (Muuss, 1988: 52). Kişinin kendi görüntüsünün farklı yönlerinin birbiri ile uyumlu ve özdeş olduğu durumda kişi kimliğini oluşturmuş demektir. Bir başka ifade ile kişinin kendisini olduğu gibi kabul etmesi durumunda kişinin kimliğinin oluşmuş olduğu ifade edilmektedir (Dacey ve Kenny, 1994'ten akt., Dinçel, 2006: 55).

Ergenlik dönemi bireyler için bir arayış dönemidir ve bu dönemde bireyler zayıf ve güçlü yanlarını değerlendirmeye alarak neleri yapıp yapamayacaklarını belirlemektedirler. Buna bağlı olarak ergen bireyler bu dönemde kendilerine, “Ben kimim? Ne yapmak istiyorum? Nereden geldim?” gibi sorular sorarak bu sorulara cevap aramaktadır. Ergenlik döneminde bireyin oluşturmaya çalıştığı özde ayrı olma durumu, devamlılık duygusu yani kimlik oluşturma ergenlik döneminin en önemli konusudur ve kimlik sadece kişinin kendi çabası ile oluşturulmaktadır (Muuss, 1988’den akt., Dinçel, 2006: 55). Ergenlik döneminde kazanılmaya çalışılan kimlik, gelişimde olan ergen bireylerin büyük kısmında sorunsuz bir şekilde gerçekleşirken bu dönemde bazı bireylerde sıkıntılı, sancılı ve umursamaz bir şekilde mücadele halini almaktadır (Gürsu, 2011: 44).

Daha önce bahsedildiği üzere Erikson’un psikososyal gelişim kuramına göre, ergenlik döneminde gerçekleşen gelişimin her evresinde bir kriz yaşanmaktadır. Yaşanan bu krizlerde olumlu ve olumsuz olmak üzere iki farklı çözüm yolu bulunmaktadır. Erikson’un kuramına göre 12-18 yaş aralığına denk gelen ergenlik dönemi “Kimliğe karşı kimlik karmaşası” olarak ifade edilmektedir. Bu evrede yaşanacak olan krizlerde kimlik kazanımı ya da kimlik karmaşası ile sonuçlanan kararlar alınmaktadır (Gander ve Gardiner, 2010: 33). Yapılan araştırmalara göre kimlik karmaşasının yaşanmasında bazı faktörler bulunmaktadır. Benlik saygısı, cinsiyet ve psikolojik sıkıntılar bu faktörler arasında yer almaktadır. Bu alanda yapılan çalışmalardan elde edilen verilere göre kimlik karmaşası ve psikolojik sıkıntılar arasında pozitif bir ilişkinin olduğuna rastlanmaktadır. Buna bağlı olarak kişilerin kimlik karmaşası yaşaması ile depresyon, kaygı, madde bağımlılığı ve diğer kişiler ile sıkıntılar olduğu gözlemlenmektedir (Gürsu, 2011:35).

Ergenlikte kimlik oluşumuna yönelik günümüzde yapılan çalışmaların neredeyse tamamı James Marcia’nın kimlik statü tanımlarına göre yapılmaktadır (Marcia, 1966, 1980’den akt., Bee ve Boyd, 2009:22). Erikson’un ergenlik döneminde yaşanan kimlik krizleri olgusu Marcia’nın kimlik statülerinin kökenini oluşturmaktadır. Erikson’dan etkilenen Marcia onun düşüncelerinden daha ileriye giderek ergenlik dönemini iki önemli kilit noktasına dayandırmaktadır. Marcia’nın dayandırdığı bu iki kilit nokta bağlanma ve kriz olarak tanımlanmaktadır. Eski değer ve seçimlerin yeniden değerlendirilmesi ve buna bağlı olarak bir karar verilmesi krizi ifade etmektedir. Bu durum klasik kriz durumu içinde ya da aşama aşama bir kargaşa içerisinde

gerçekleşmektedir. Yeniden değerlendirmenin bir sonucu olarak spesifik bir role belirli bir ideolojiye yönelme bağlanma olarak ifade edilmektedir (Bee ve Boyd, 2009: 44).

Marcia'ya göre ergenlerin dört kimlik statüsü şu şekilde sıralanmaktadır (Bee ve Boyd, 2009: 44):

- **Başarılı Kimlik Statüsü:** Bu statüde yer alan ergen bireylerin kimlik krizi karşısında bir çözüm bulmuş ve bunun neticesinde bir bağlanma geliştirerek krizi atlattığı ve ideolojik olarak mesleki hedeflerine bağlanmış oldukları bilinmektedir.
- **Moratoryum:** Bu statüde yer alan ergen bireyler kimlik krizinin ilerleme dönemindedirler fakat daha bir bağlanma gerçekleşmemiştir. Burada kimliğin incelenmesi devam etmektedir.
- **İpotekli Kimlik:** Bu statüde yer alan ergen bireylerin herhangi bir değerlendirme sürecine girmeden mesleki alanda bir bağlanma geliştirerek ailesi veya kültürü tarafından bağlanmayı kabul ettiği bilinmektedir.
- **Kimlik Yayılması:** Bu statüde yer alan ergen bireylerde kimliğin yeniden değerlendirilmesi ve bağlanma süreci oluşmamaktadır. Yani burada kriz yaşanmamakta ve bağlanma olmamaktadır (Bee ve Body, 2009: 45).

Ergenlik döneminde meydana gelen kimlik gelişiminde seçilen kimlik statüsü yetişkinlik sürecinin en önemli duraklarından kabul edilmektedir. Ergenlik döneminin eğitimin son dönemine denk gelmesiyle birlikte ergen bireyin bu süreçte içinde bulunduğu statünün yetişkinlik döneminde de devam edeceği bilinmektedir. Ergenlik döneminde yaşanan kimlik oluşum sürecinde oluşan başarısızlığın üstesinden gelmeye çalışarak ilerleyen yetişkinlik döneminde daha da zorlaşmaktadır. Buna bağlı olarak kişilik gelişiminin ergenlik döneminde başarılı ve sağlıklı bir şekilde gerçekleşmesi yetişkinlik döneminde de gelişimin başarılı ve sağlıklı bir şekilde gerçekleşmesine olanak sağlamaktadır (Dinçel, 2006: 55).

2.1.2.4. Ergenlikte Sosyal Gelişim

Birbirine karşı tepki içerisinde olan, birbirilerinin davranışlarını etkileyen iki kişi arasında yaşanan etkileşim sosyal kelimesini karşılamaktadır (Gander ve Gardiner, 2010: 66). İnsanın yaşamını devam ettirdiği toplum içerisinde kabul edilen davranış

ve hareketleri öğrenme süreci sosyal gelişim olarak ifade edilmektedir. Bu sosyal süreç kişinin doğduğu anda ailesi ile kurduğu ilişkiden başlayarak hayatının sonuna kadar devam etmektedir. Sosyal gelişim sürecinde kendisini hayatın merkezinde gören bebek bu algıdan kurtularak etrafında uyumlu olmaya çalışan bir yetişkin olma yolunda ilerleme göstermektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 11).

Sosyal ilişki biçimi çocukluk döneminde belirlenmektedir. Aile ilişkilerinde meydana gelen değişimlerden dolayı ergen bireyler ve ebeveynler açısından ergenlik dönemi çok zorlu geçmektedir. Kişinin büyümesine bağlı olarak yerine getirilmesi gereken gelişimsel görevler ile birlikte aile içinde meydana gelen dinamikler harekete geçerek dengeler değişmektedir. Ergenlerin içinde bulunduğu değişim sürecinde yeni arayışlar içerisine girerek aileden isteklerde bulunması aile sisteminde değişimlere sebebiyet vererek aile içindeki güç dengesini etkilemektedir. Ergen bireyin bu dönemde aileden olan isteklerine karşı anne ve babanın direnç göstermesi ile birlikte ailedeki, eski denge korunmaya çalışılmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998: 12). Ergen bireyin bu dönemde ebeveynleri ile birlikte olan ilişkilerini geliştirmiş olması önem teşkil etmektedir. Ergenlerin aile ile olan iyi ilişkileri başkaları ile kurulacak olan ilişkilerinin temelini hazırlamaktadır (Aydın, 2005: 21).

Ergenlerin aile ile olan ilişkilerinde yaşlara göre değişmekle birlikte ebeveynlerde farklı davranış şekillerine rastlanmaktadır. Gençlerin tutum ve davranışları, bedensel özellikleri, kişisel özellikleri ve alışkanlıklarına ebeveynler ön yargılı bir şekilde yaklaşmaktadır. Buna örnek verecek olursak, ailelerde erkek çocukların yaramaz olacağı düşüncesi ve kilolu çocukların tembel olacağı düşüncesi yer almaktadır. Buna bağlı olarak ebeveynlerin çocukları hakkında düşündükleri çocukların davranışlarını etkilediği gibi aynı zamanda onların aile ilişkilerine de etki etmektedir (Kulaksızoğlu, 1998: 15). Başka bir açıdan bakacak olursak ergenler ile ebeveynler arasında yaşanan zorluklarda, orta yaş gurubunda olan birçok ebeveynin bu dönemde yaşadıkları kimlik krizi etkili olmaktadır. Ergen bireylerin mesleki seçimlerinde karar vermeleri aşamasında aileler kendi mesleklerini gözden geçirmektedirler (Gander ve Gardiner, 2010: 30). Farklı bir ifade ile gençler gideceği yolun heyecanını yaşarken ebeveynler de geçmiş oldukları yollara tekrar dönüp bakmaktadırlar. Bu nedenle aileler çocuklarının kendilerine bağımlı olmaları gerektiği düşünürken bu süreçte ergen bireyler hızlı bir şekilde bağımsız olmak istemektedirler. Bu durumun yaşanması ile aile içi çatışmalar meydana gelmektedir (Çuhadaroğlu, Canat, Kılıç, Şenol, Rugancı,

Öncü, Hoşgör, Işıklı ve Avcı, 2004: 28). Shiek'in (1999) yapmış olduğu çalışmaya göre genç bireylerin yaşam doyumu, umutsuzluk seviyeleri, benlik kaygıları ve yaşam alanında olan hedeflemelerine ebeveynlerin özellikleri etki etmektedir (Çuhadaroğlu ve arkadaşları, 2004: 30). Yapılan bu araştırmada genç bireylerin ruh sağlığı ve baş etme becerileri arasında oluşan problemleri ebeveynlerin özellikleri etkilemektedir. Ergen bireylerin sosyal gelişim süreçlerine etki eden en önemli faktörler arasında aile kavramı yer almaktadır. Fakat bu süreçte etkili olan diğer faktörler arasında ergenin arkadaş çevresi, içinde bulunduğu toplum yapısı ve kişinin doğuştan getirmiş olduğu nitelikler yer almaktadır (Özbay ve Öztürk, 1992: 58). Ailenin destekleyen ve eğitici görev oynayan gücü yetersiz kaldığı durumlarda ergenin ilgisi kendisine benzeyen akranlarına yönelmektedir. Ergen birey kendisi ile aynı duygu ve düşüncede olan akranlarına zamanını ve ilgisini yöneltir. Erikson'un ifade ettiğine göre yaşlılarla olan ilişkiler benlik kimliğinin oluşmasında son derece önemlidir (Eryüksel, 1987: 56). Ergenlik döneminde ergen bireyler yaşlılarına çok değer vermektedir ve bu dönemde yaşlılara verilen değer seviyesinde artış gözlenmektedir. Ergenlik döneminin başında bulunan ergen bireyler bedenlerinde meydana gelen değişimleri konuşmak için kendi cinsiyetlerinden olan arkadaşlara gereksinim duymaktadırlar. Genel olarak çocukluk döneminde veya ergenlik döneminin başlarında seçilen arkadaşlar yakın çevreden tercih edilmektedir. Bireyin buluş çağına geçişi ile birlikte aynı zamanda okul değişikliğinin yaşanması (liseye geçiş gibi) ile bireyin arkadaş çevresinde değişiklikler meydana gelmekte ve arkadaş çevresinde fazlalaşma yaşanırken farklı kişiler de yer almaktadır. Bu çoğalan ve farklılaşan arkadaş ortamında birey kendisine daha yakın olan ve kendisini tamamladığını düşündüğü kişilerle arkadaşlık kurmak istemektedir. Kurulan bu arkadaşlıklar sayesinde dostluk ve güven duyguları test edilmektedir. Kısacası ergen bireylerin sosyal gelişimleri noktasında ihtiyaç duydukları en önemli şeylerden birisi yaşlıları ile ilişki kurması olarak açıklanmaktadır. (Gander ve Gardiner, 2010: 48; Kulaksızoğlu, 1998: 42).

Bireyin sosyal gelişimi için kültür yapısı çok önemli bir faktördür. Yaşanılan her toplumun kendine özgü bir kültür yapısı, değerleri ve tutumları bulunmaktadır. Buna bağlı olarak yaşanılan toplumun kültürel değerleri kişilerin davranışlarında etkili olmaktadır. Kültürün etkisi kişinin konuşma biçiminden yemek yeme alışkanlığına, yargılarından inandığı dine kadar etki etmektedir (Tezcan, 1987: 63). Bu alanda yapılan araştırmalardan varılan sonuçlara göre ergen bireylerin içinde buldukları

toplumun sosyoekonomik yapısı bireyin tutum ve değerlerini etkilemektedir. Bu konuda Türkiye’de yapılmış olan çalışmalar bu görüşü destekler niteliktedir.

Bu alanda Güngör (1989) tarafından yapılmış çalışmaya göre; ergen bireylerin özsaygı düzeyleri ile ailenin ekonomik düzeyi arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Buna ilaveten ergen bireylerin özsaygı düzeyleri ile ailenin eğitim seviyesi arasında pozitif bir ilişki bulunduğu görülmüştür. Başka bir çalışma ise Torcu (1992) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmaya göre; sosyoekonomik düzeyleri üst seviyede olan ergen bireylerin sosyoekonomik düzeyleri alt seviyede olan ergen bireylere göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu saptanmıştır (Akt., Kulaksızoğlu, 1998: 36).

Ergenlik döneminde içinde bulunulan durum problemlere sebep olmaktadır fakat bu dönemde kişilerin okul yaşamı da bir problem kaynağı olmaktadır. Okulda yaşanan gerilim seviyesinin heyecana bağlı olarak yükselmesi, buna ek olarak korku ve öfke duygularının yaşanması, öğrencilere yüklenen fazla ödevler, öğrenmenin deneyimlenmeden gerçekleşmesi, sınavlarda olan kaygılar bireyin okul hayatındaki başarısını etkilediği gibi aynı zamanda bireyin ruhsal ve sosyal gelişimine olumsuz yönde etkide bulunmaktadır. (Origlia ve Qullion, 1987b’den akt., Gürsu, 2011: 55).

2.1.2.5. Ergenlikte Ahlaki Gelişim

Latince kökenli olan “Moralis” kelimesinden gelen moral kelimesinin Türkçe karşılığı ahlak kelimesine karşılık gelmektedir. Toplum içerisinde yer alan bireylerin uyma zorunluluğunda olduğu davranış biçimleri ve kurallar ahlak olarak tanımlanmaktadır. Ahlak kişiler arasında olan ilişkilerin doğruluğu ile yanlışlığı veya iyi ya da kötü olmasını tanımlamaktadır (Çoban ve Türer 2014: 99). Özet olarak iyi ya da kötü olan davranışlar ahlak olarak tanımlanmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998: 64). Ahlaki muhakeme ise belirli bir davranışın doğru ya da yanlış olmasına yönelik yargıya varma süreci olarak ifade edilmektedir (Bee ve Boyd, 2009: 50). Bireyin içerisinde yer aldığı toplumun değer yargılarını kendi ilkeleri ve değer yargılarını oluşturarak bunları benimsediği süreç ahlaki gelişim olarak tanımlanmaktadır (Santrock, 2015: 29). Buradan yola çıkarak ahlaki muhakeme yapma becerisi ahlaki gelişim sürecinde gerçekleşmektedir.

Ergenlik döneminde gerçekleşen ahlak gelişimi bu dönemde değer özerkliğinin çalışan yönü olarak açıklanmaktadır. Akıl yürütme ve davranışlar ahlak gelişimine yönelik olan çalışmaları kapsamaktadır (Steinberg, 2007: 44).

Ergenlik dönemi içerisinde gelişim gösteren ahlaki gelişimi iki faktör sağlamaktadır. Bu faktörlerden birincisi bilişsel gelişim döneminde soyut işleme geçiş olarak ifade edilmektedir. İkincisi ise, Erikson'un tanımına göre benlik duygusu ve yeni bir kimlik oluşumudur. Bu dönemde ahlak gelişiminin kolaylaşmasını sağlayan bir değişim ve buna bağlı olarak ortaya çıkan bir çatışma ergen bireyin soyut düşünebilme becerisi ve benlik arayışında olması ile gerçekleşmektedir. Ergen bireyler bu süre zarfında kendisine ve evrene dair gerçeklik ve adalet ile iyi olma sorularına cevap arama eğilimindedir. Buna bağlı olarak kişilerin ahlaki konumları kendi benliklerinin bir ögesi konumunda olduğundan dolayı önem teşkil etmektedir (Windmiller, 1995: 42). Bunun dışında bireylerin ergenlik dönemi için çok kritik bir öneme sahip olan ahlak gelişimi ve değer kazanmalarını başarı bir şekilde gerçekleştirmeleri bireylerin topluma uyum sağlamalarını ve bundan sonraki süreçte içine girecekleri gelişim evrelerinde daha rahat uyum sağlamalarına neden olacaktır (Gürsu, 2011: 51).

Ebeveynleri ve eğitimleri en çok alakadar eden konulardan birisi çocukları iyi bir birey olarak yetiştirken kendi kültür ve değerlerini benimseyerek bu doğrultuda gelişimlerini tamamlamaları olarak ifade edilmektedir (Bee ve Boyd, 2009: 53). Davranış şekilleri kişiden kişiye ya da toplumdan topluma doğru ya da yanlış olarak değişim göstermektedir. Buna bağlı olarak kimlik oluşumu ve bireysel olarak ahlaki bir statü edinme sürecinin en önemli parçası ahlak gelişimi olarak tanımlanmaktadır (Windmiller, 1995: 42). Bu konuda yapılan çalışmalardan anlaşıldığı üzere ahlak gelişimine zekâ, yaş, ailenin umumları, kültürel farklılıklar ve yaşanılan toplum yapısı etki etmektedir (Gander ve Gardiner, 2010: 53). Buna bağlı olarak ahlak gelişimi konusunun oldukça karmaşık bir konu olduğu ifade edilmektedir (Bee ve Boyd, 2009: 60). Ahlaki gelişimi farklı yönleri ile ele alan gelişim kuramları ortaya çıkmıştır (Santrock, 2015: 30). Bu kuramlar arasında öğrenme ve bilişsel gelişim kuramları ile birlikte psikanalitik yaklaşım kuramları yer almaktadır. Fakat ahlaki gelişim ve bilişsel gelişim kuramları son yıllarda daha ön plana çıkmışlardır (Bee ve Boyd, 2009: 53).

Jean Piaget ve Lawrence Kohlberg bilişsel gelişim kuramcılarındandır ve ahlaki ölçütlerin gelişimine ve kabulüne yönelik olarak açıklamalarda bulunmuşlardır (Hetherington ve Parke, 1993: 12). Piaget bilişsel gelişim kuramında ifade etmiş olduğu tüm süreçleri ve ilkeleri ahlaki gelişim içinde kullanmıştır. Ahlaki gelişim ile bilişsel gelişim Piaget ve Kohlberg'e göre paralel şekilde incelenmiştir. Buna göre belli aşamalarda gelişen bilişsel gelişim, bireyin ahlaki yargılarında etkili olacağından

dolayı bilişsel gelişim içerisinde yer alan çeşitli aşamalara bağlı olarak ahlaki yargı gerçekleşecektir (İnanç vd., 2004: 22).

Ahlaki gelişimini ele alan Piaget (1932) bu gelişimi çocukların nasıl oyun oynadıklarını gözlemleyerek incelemiştir. Piaget yaptığı gözlemler sonucunda yaşça küçük olan çocukların oynadıkları oyunlarda kuralları daha az anladıklarını fark ederek oyun içinde bulunan farklı yaştaki çocuklara oyunun kuralları ile ilgili sorular sormuştur. Sorduğu sorular karşısında almış olduğu cevaplar ile iki evreden meydana gelen ahlak gelişim kuramını ortaya koymuştur. Piaget'in ortaya koyduğu bu ahlak gelişim evrelerinden ilk evre gerçekçilik evresi olarak ifade edilmektedir. Bu gerçekçilik evresinde 8 yaşından küçük çocuklar yer almaktadır. Piaget'e göre 8 yaşından küçük olan çocuklar oyunun kurallarının ebeveynler tarafından, hükümet ya da dini figürlerin belirlediğine inanarak bu oyun kurallarının değiştirilemez olduklarına inanmaktadırlar ve eğer oyunun kurallarını ihlal ederse ceza alacaklarına inanmaktadırlar (Bee ve Boyd, 2009: 54). Çocuk alacağı cezayı bir kaza, cansız nesnelere ya da tanrı tarafından gözlemlenen tatsız bir olay şeklinde karşılamaktadır. Bu evrede bulunan çocuklar yapılan bir davranışı ahlaki açıdan değerlendirmeye alırken iyi ya da kötü olduğuna bakmadan yapılan davranışın sonucuna bakmaktadırlar (İnanç, vd., 2004: 23). Piaget'e göre ikinci evre ahlaki görecelik evresi olarak tanımlanmaktadır. Bu evrede 8 yaş sonrasında olan çocuklar bulunmaktadır. Bu evrede yer alan çocuklar oyunlarda bulunan kuralların eğer isterler ise değiştirilebileceğini öğrenmektedirler. Burada önemli olan şey kuralların içeriği değil, konulan kurallara oyunda yer alan herkesin uyup uymamasıdır. Bunun dışında bu evrede bulunan 8-12 yaş aralığında olan çocuklar yapacakları kural ihlalleri sonucunda yakalanmadıkları sürece ceza almayacaklarını bilmektedirler. Buna ek olarak bu yaş aralığında bulunan çocuklar ceza ve niyet arasında olan ilişkinin farkına varmaktadırlar (Bee ve Boyd, 2009: 54).

Bu alanda önemli kuramcılardan olan Kohlberg ise, Piaget'ten etkilenmiş ve onun düşüncelerini daha da geliştirerek ahlaki muhakeme değerlendirme açısından öncü olacak nitelikte çalışmalar gerçekleştirmiştir. Kohlberg yapmış olduğu çalışmalarda çocuklara ahlaki ikilemleri, ahlak konusunu ele alan hikayeler aracılığı ile sunmuştur. Çocuklara sunmuş olduğu bu ahlak ikilemlerinden ilki Heinz ikilemi olarak ifade edilmiştir. Bu hikâyede anlatılanlara göre, Heinz'in eşi farklı bir kanser türüne yakalanmış ve ölüm döşeğinde yatmaktadır. Doktorların söylediğine göre Heinz'in

eşini kurtarmak için tek bir ilaç bulunmaktadır. Bu ilaç onlarla aynı şehirde yaşayan bir eczacıda bulunmaktadır ve ilacın fiyatı çok yüksektir. İlacı alabilmek için herkesten borç isteyen Heinz ilacın parasının yalnızca yarısını toplayabilmiştir. Bunun üzerine Heinz eczacıya giderek karısının ölüm döşğinde olduğunu ve ilaca çok ihtiyaçları olduğunu dile getirerek bir indirim yapmasını ister. Eczacının cevabı ise ilacı üreten kişinin kendisi olduğunu ve ilaca istediği fiyatı biçebileceğini söylemiş ve Heinz'in teklifini geri çevirmiştir. Bu olay sonucunda ilacı alamayacağını düşünerek umutsuzluğa giren Heinz eczaneye gizlice girerek karısı için lazım olan ilacı çalmıştır (Kohlberg ve Elfenbein, 1975'ten akt., Bee ve Boyd, 2009: 55). Kohlberg çocuklara yöneltmiş olduğu bu tarz ikilem sorularından almış olduğu cevaplardan yola çıkarak ahlaki gelişimi üç ana düzeyde ve her düzeyi iki evreye ayırmıştır (Bee ve Boyd, 2009: 55). Kohlberg'in ayırmış olduğu bu ahlaki evreler aşağıda yer alan Tablo 2.1'de verilmiştir:

Tablo 2.1. Kohlberg'in Ahlaki Gelişim Evreleri

Düzeyleer	Evreler	Tanım
I. DÜZEY GELENEK ÖNCESİ	1. Evre: Ceza ve İtaat Yönelimli	Bu evrede çocuk neyi yanlış neyi yaparsa ceza alacağına karar verebilmektedir. Çocuğun bu evrede itaatkâr olmasını yetişkin kişinin kendisinden fiziksel olarak daha güçlü olması belirlemektedir.
	2. Evre: Bireysellik, araçsal amaç ve değiş tokuş	Uygulanacak olan kurallar çocuğun o anki durumda çıkarlarına uyuyor ise uygulamaya alır. Doğru yapılan davranışlar hoş giden sonuçlar vermektedir.
II. DÜZEY GELENEK	3. Evre: Kişilerarası karşılıklı B-beklentiler, ilişkiler ve kişilerarası uyum	Aile ya da onun dışında önemli olan farklı grupların beklentilerini karşılayacak şekilde davranış sergileme ahlakıdır. Bu evrede iyi olmak kendi içinde önemli bir hale gelmeye sebep olmaktadır.
	4. Evre: Toplumsal Sistem ve Vicdan	Büyük toplumsal grup ya da toplumun tamamı tarafından tanımlanan ahlaki eylemler yer almaktadır. Bu evrede kişi kendisine verilen görevleri yerine getirmeli ve yasalara uyum göstermelidir.
III. DÜZEY GELENEK SONRASI	5. Evre: Toplumsal Sözleşme Yönelimli	Çoğunluğun iyiliğine yarayacak hareketlerde bulunma.
	6. Evre: Evrensel Etik İlkeleri	Bu evrede kişi neyin doğru olup olmadığına kendisi karar verir ve bu doğrultuda kendi etik ilkelerini oluşturur.

Kaynak: Bee ve Boyd'den (2009) alınmıştır.

Tablo 2.1.'de yer alan bilgilerde de görüldüğü üzere Kohlberg ahlak gelişimini üç düzeye bölmüş ve toplamda altı evreye ayırmıştır. Çocukların hangi evrede bulunduğu onlara yöneltilen ikilem sorularına verdikleri cevapla anlaşılmaktadır. Kohlberg'in

ifade ettiğine göre bu evrelerin insanlar üzerinde gerçekleşme sırası değişmemektedir fakat gerçekleşme yaşı değişiklik göstermektedir. Kohlberg'e göre insanların büyük kısmı ahlaki muhakemede en yüksek seviyeye ulaşamamaktadır (İnanç, vd., 2004: 28).

2.2. Bağlanma

Bağlanma sözcüğünün kökenine baktığımızda on üçüncü yüzyıla kadar uzandığını görmekteyiz. Bağlanma sözcüğüne dilbilimsel açıdan bakıldığında görevi icra etmek ya da bir göreve bağlanma anlamına gelmektedir. Bağlanma kelimesi ilk olarak Rousseau tarafından on sekizinci yüzyılda tanımlanmıştır. Yapılan bu tanımda bağlanma kelimesi anne ve bebek arasında olan bağı ifade etmektedir. Rousseau yazdığı yazılarda annelik sevgisini içeren konularda bağlanma kavramına değinmiştir (Kavlak ve Şirin, 2009: 190). Bir kavram olarak kullanılmaya başlayan bağlanma kelimesi, yirminci yüzyılın ortalarında psikolojide kullanılmaya başlamıştır. Bağlanma kavramını ilk kez Bowlby “*Kırk Dört Çocuk Hırsız: Kişilikleri ve Yaşamları*” adlı 1944 senesinde Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan makalesinde kullanmış ve bu kavramı burada kuramsallaştırmıştır. Bowlby kaleme aldığı bu makalede, 0-3 yaş aralığında olan bebeklerde annelerinden mahrum kalarak büyüyen bebeklerin, aynı yaş grubunda yer alan anneleri ile büyüyen bebeklere göre ruhsal ve fiziksel açıdan zayıf olduklarını ve hastalanma oranlarının daha yüksek olduğunu ifade etmiştir (Soysal, 2005'ten akt., Ceritli, 2016: 33).

Bağlanma teorisinin kökleri, psikanalitik teori, gelişim psikolojisi, evrimsel biyoloji ve etoloji dahil olmak üzere çok çeşitli alanlarda bulunmaktadır (Cassidy, 1999: 125). Bowlby (1969/1982) başlangıçta bebeklerin bakıcılarıyla neden yakın ilişkiler geliştirdiğini ve bu tür ilişkilerdeki bozulmaların neden ve ne ölçüde sonraki gelişimi etkilediğini açıklamak için bağlanma kuramını geliştirmiştir. Bağlanma kuramı hem normatif gelişimi hem de bebeklik ve erken çocukluk dönemi boyunca sosyal, duygusal ve davranışsal sonuçlardaki bireysel farklılıkları açıklamaya yardımcı olan bir gelişimsel çerçeve sağlamaktadır. Geçtiğimiz yirmi yıl içinde, araştırmacılar, özellikle ergenliğe odaklanarak, yaşam süresi boyunca bağlanma sisteminin doğası ve işlevi ile ilgili sorulara yöneldikleri görülmektedir (Allen ve Land, 1999: 84).

Bebeklik döneminde bağlanma sisteminin birincil işlevi, gelişmekte olan bebeğin güvenliğini ve korunmasını en üst düzeye çıkarmaktır. Bebekler, özellikle sıkıntı zamanlarında bakıcılara yakınlığı teşvik eden davranışlar sergilemeye yatkındır ve

bakıcılara yakınlık, sırayla bebeğe zarardan çok koruma sağlamaktadır (Bowlby, 1969/1982: 92). Çocuklar olgunlaştıkça, bakıcılara yakın olmak için daha geniş bir davranış repertuarı geliştirirler ve korumaya odaklanma biraz daha duygusal desteğe benzer bir şeye kaymaktadır. Ergenlik döneminde, bağlanma sisteminin aktivasyonunun sonucu, gerçek fiziksel güvenlikden ziyade genç tarafından hissedilen güvenliğe yönelik olmasıdır (Allen ve Land, 1999). Bu hissedilen güven, çoğu zaman bağlanma figürünün gerçek fiziksel varlığı olmaksızın, çeşitli şekillerde elde edilmektedir.

Fiziksel korumaya ve bakıcıların yakınlığına verilen önem, olgunluk arttıkça azalmaktadır. Bu azalma, kısmen daha büyük çocuklar ve ergenlerin bağlanma figürlerinin fiziksel varlığı olmadan hissedilen güveni elde edebilmeleri ve kısmen de olgunluk düzeylerinin çevreleriyle kendi başlarına daha yetenekli bir şekilde etkileşime girmelerine izin vermesi nedeniyle oluşmaktadır. Başka bir ifade ile Bowlby (1980), bağlanma sisteminin, bakıcının varlığına duyulan ihtiyacı artıran iki sınıf faktöre yanıt olarak etkinleştirildiğini belirtmiştir: Çocuğun koşulları (örneğin hastalık, açlık, yorgunluk, ağrı) ve çevre koşulları (örneğin, tehdit edici uyaranların varlığı). Ergenlik döneminde artan bilişsel, duygusal ve davranışsal olgunluk, gençlerin bakıcılarına olan ihtiyaçlarını harekete geçiren koşulları deneyimleme olasılıklarının daha düşük olduğunu belirlemektedir. Benzer şekilde çevrenin, gençlerin ebeveynlerinin bu tehditleri yönetmelerine yardımcı olmalarını istediği dereceye kadar tehdit edici olarak algılanma olasılığı çok daha düşük gözükmektedir.

Bağlanma kuramının temellerini atan Bowlby'nin çalışmalarından sonra 1970'li yıllarda onun çalışmalarını takip eden birçok çalışma yapılmaya başlanmıştır. Bowlby'nin yapmış olduğu çalışmalarda aktardığına göre bağlanma, bireylerin kendileri için önemli olan diğer bireylere karşı hissetmiş oldukları güçlü duygusal bağ olarak ifade edilmektedir (Altundağ, 2011: 23). Bowlby'e (1980: 92) göre bağlanma, bireylerin duygusal olarak yaşadığı kötü durumlarda hastalık, stres ve korku gibi anlarda birisiyle kuvvetli bir şekilde bağ kurma isteği olarak açıklanmaktadır.

Temel güven duygusunun kazanıldığı bebek ve anne arasında ya da bebeğin bakımını sağlayan ve yanında sürekli bulunan kişi ile arasında kurulan ilk bağ bağlanma olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2003). Yapılan bu tanıma yakın bir tanım da Thompson (2002) tarafından yapılmıştır. Ona göre bağlanma bebeğe bakımını veren kişi ile bebek arasında gelişen ilişkiye bağlı olarak oluşan yakınlık olarak tanımlanmıştır (Akt.,

Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011: 321). Bir başka tanım ise Ainswort (1969) tarafından yapılmıştır. Ona göre bir veya birden fazla kişiye karşı hissedilen duygusal bağ bağlanma olarak tanımlanmış ve kişiler arasında oluşan yakınlık ve bu yakınlığı sürdürme isteğinin bağlanma olduğu ifade edilmiştir. Birbiri ile sürekli karıştırılan bağlanma ve bağlılık kelimeleri aslında farklı anlamlara gelmektedirler. Bir bebeğin veya çocuğun ihtiyaçlarını karşılayabilmek için başkasına muhtaç olma durumu bağımlılık olarak açıklanmaktadır. Buna bağlı olarak çocuğun gelişim göstererek büyümesi sonucunda ihtiyaçları için başkalarına duyduğu muhtaçlık azalacak ve dolayısıyla çocuk bağımsızlaşacaktır ancak çocuğun yine de bazı insanlara karşı olan bağlılığı devam edebilmektedir. Yakınlık kurmak ve yakınlaşmak için yapılan tüm davranışlar bağlanmanın kapsamına girmektedir (Sümer ve Güngör, 1999). Bağlanma yalnızca bebeklik döneminde yaşanmamakta, anne ve bebek arasında oluşan ilk ilişki ile temeli atılmakta ve bundan sonra hayatı boyunca devam eden bir süreç olarak ifade edilmektedir. Bu ilerleyen süreçte bağlanmanın ifade edilmesi ile doğası farklılık göstermektedir. Bağlanmanın anne ve bebek arasında oluşan ilişkisi ile bağlanmanın temelleri atılarak bunun hayatın ilerleyen senelerinde gerçekleşecek olan bağlanma ilişkileri için örnek olduğu belirtilmiştir (Collins ve Laurson, 2003; Thompson, 2002'den akt., Kesebir vd., 2011: 325).

2.2.1. Bowlby'nin Bağlanma Kuramı

1907 senesinde Londra'da dünyaya gelen John Bowlby orta gelirli bir ailenin çocuğudur ve bir bakıcı tarafından büyütülmüştür. Bowlby büyürken annesi ile fazla vakit geçirememiş ve annesi ile bir ilişki kuramamıştır. Geliştirdiği kuramda annesi ile olan ilişkisinin etkili olduğu düşünülmektedir (Bowlby, 1969: 93).

Bowlby eğitimini Cambridge Üniversitesi'nde psikoloji alanında almıştır. 1928'de Cambridge Üniversitesi'nden mezun olduktan sonra, sıkı bir bilimsel eğitim ve günümüzde gelişim psikolojisi olarak adlandırılan alanda bazı eğitimler almıştır. Bowlby, kariyer hedeflerini yeniden gözden geçirirken uyumsuz çocuklar için bir okulda gönüllü olarak çalışmıştır. Okulda iki çocukla yaşadığı deneyimleri, profesyonel hayatının rotasına yerleştirmiştir. Bu deneyimlerden birinin, önceki okulundan hırsızlık nedeniyle kovulmuş ve istikrarlı bir anne figürü olmayan, çok izole, uzak, sevgisiz bir genç olduğu diğer çocuğun Bowlby'yi takip eden ve onun gölgesi olarak bilinen 7-8 yaşlarında endişeli bir çocuk olduğu ifade edilmektedir (Ainsworth vd., 1978: 18). Erken aile ilişkilerinin kişilik gelişimi üzerindeki etkilerine

ilişkin bu deneyimden ikna olan Bowlby, çocuk psikiyatristi olarak bir kariyere atılmaya karar vermiştir ve çocuk eğitim danışmanlığı yapmaya başlamıştır ve bunun yanında okul ve yetimhanelerde uyumsuz davranışlar sergileyen çocuklar ile gönüllü olarak çalışmıştır (İlaslan, 2009'den akt. Arı, 2015: 21).

Tıp ve psikiyatri alanındaki çalışmalarıyla eş zamanlı olarak Bowlby, İngiliz Psikanaliz Enstitüsü'nde eğitim almıştır. Bu dönemde Melanie Klein orada önemli bir etkiye sahip kişilerden birisi olarak bilinmektedir. Bowlby, Klein'in (1932) fikirlerine, Klein'in yakın bir arkadaşı olan eğitim analisti Joan Riviere ve sonunda Melanie Klein'in kendisinin gözetimi aracılığıyla maruz kalmıştır. Riviere ve Klein'in kendisini psikanalize nesne-ilişkileri yaklaşımında, erken ilişkilere ve kaybın patojenik potansiyeline yaptığı vurguyla temellendirdikleri için kabul etmesine rağmen (Bowlby, 1969: 65), Kleinci yaklaşımın yönleri hakkında ciddi çekinceleri olmuştur. Klein, çocukların duygusal sorunlarının neredeyse tamamen dış dünyadaki olaylardan ziyade saldırgan ve libidinal dürtüler arasındaki içsel çatışmalardan kaynaklanan fantezilerden kaynaklandığını savunmuştur. Bu nedenle Bowlby'nin gözetimi altında analiz ettiği 3 yaşındaki bir çocuğun annesiyle konuşmasını yasaklamak zorunda kalmıştır (Bowlby, 1987: 63). Bu durum Londra Çocuk Rehberlik Kliniğinde psikanalitik olarak eğitilmiş iki sosyal hizmet uzmanıyla yaptığı lisansüstü eğitimi sırasında, duygusal rahatsızlığın temel nedeni değilse de gerçek aile deneyimlerinin çok daha önemli olduğuna inanmaya başlayan Bowlby için çok kötü bir durum olmuştur.

Bowlby'nin araştırma yoluyla Klein'in fikirlerine karşı koyma planı, onun fidancılar gibi psikanalistlerin organizmanın doğasını, toprağın özelliklerini ve bunların etkileşimini incelemesi gerektiğini önerdiği erken dönem teorik bir makalesinde kendini göstermektedir. Bowlby yazmış olduğu makalede ebeveynlik güçlüğü çeken anneler için şunu önermektedir (Bowlby, 1940: 23):

“Sorunlarının analitik olarak ele alındığı ve çocukluk dönemine kadar geriye götürüldüğü haftalık bir görüşme bazen oldukça etkili olmaktadır. Bir zamanlar çocukken sahip olduğu duyguları tanımaya ve yeniden yakalamaya ve bunların hoşgörülü ve anlayışlı bir şekilde kabul edildiğini görmesine yardım edilen bir anne, çocuğundaki aynı şeylere karşı giderek daha anlayışlı ve hoşgörülü hale gelecektir.”
(Bowlby, 1940: 23).

Bu alıntılar Bowlby'nin bağlanma ilişkilerinin nesiller arası aktarımına ve ebeveynlere yardım ederek çocuklara yardım etme olasılığına yönelik erken dönem teorik ve klinik ilgisini ortaya koymaktadır. Daha sonra Fairbairn (1952) ve Winnicott (1965)

tarafından önerilen psikanalitik nesne ilişkileri teorileri Bowlby için uygun gözükmekteydi ancak onun düşüncesi onlardan bağımsız olarak gelişmiştir. Bowlby'nin Londra Çocuk Rehberliği Kliniğinden alınan vaka notlarına dayanan ilk ampirik çalışması bu döneme aittir. Uyumsuz çocuklar okulundaki çocuk gibi, klinik hastalarının çoğu sevgisizdi ve çalmaya eğilim göstermekteydi. Bowlby burada ayrıntılı olarak incelediği 44 vaka sayesinde semptomları anne yoksunluğu ve ayrılık öyküleriyle ilişkilendirmiştir.

Bowlby temellerini Freud'un atmış olduğu psikanaliz prensipleri ile çalışmalarını çocuklar ile gerçekleştirirken çocuklar üzerinde gözlemlemiş olduğu bazı durumların psikanalitik kuram ile çeliştiğini fark etmiştir. Bunun üzerine aklında kalan soruların cevabını bulabilmek adına etoloji alanı ile ilgilenmeye başlamıştır (Hazan ve Shaver, 1994: 19). Freud'un düşüncesinin tam aksine Bowlby psikopatolojinin kişinin bilinçaltında yatan fantezilerden değil kişinin gerçek hayatta deneyimlediği şeylerden kaynaklandığını düşünmekteydi (Ainsworth, 1992: 24). Bowlby bu düşüncesinden yola çıkarak kuşlar ile birlikte diğer memeli canlıların anneleri ile olan ilişkilerini incelemiş ve annesinden yoksun kalan canlıların gelişimlerinde olumsuzluklar olduğunu öne sürmüştür. Bowlby yirmi yıl süren çalışmalarının neticesinde tür olarak insan üzerinde uyarlamış olduğu bağlanma kuramının temellerini atmıştır (Hazan ve Shaver, 1994: 19).

İngiliz bir psikanalist olan John Bowlby'nin temellerini atmış olduğu bağlanma kuramının gelişmesinde;

- Etoloji,
- Psikanaliz,
- Psikobiyoloji,
- Sosyobiyoloji,
- Çağdaş, bilişsel prensiplerin bir araya gelerek bütünleşmesi ile birlikte gelişerek eklektik bir kuram ortaya çıkmıştır (Bowlby, 1969: 49).

Bağlanma kuramının gelişmesine neden olan durum, bebeklerin bakımlarını sağlayan kişiler ile aralarında olan ilişki ile birlikte oluşan duygusal bağın nasıl ve ne şekilde oluştuğudur. Aynı zamanda bebeklik döneminde yaşanan bu duygusal bağlanmanın ilerleyen dönemlerde bağlanma şekillerine nasıl yansıtacağı ve ilişkilerine etki edeceğini anlamak için geliştirilmiştir (Burger, 2006: 23). Kısaca yeni doğmuş bir

bebeğin ona bakımını sağlayan annesi ya da bir başkası ile arasında kurmuş olduğu duygusal bağ ve bu bağların geliştirilmesi bağlanma kuramının temel hedefi olarak açıklanmaktadır (Sümer ve Güngör, 1999: 100). Bağlanma sistemini üç temel işleve dayandıran Bowlby, bu işlevleri şu şekilde açıklamaktadır (Tüzün ve Sayar, 2006: 37):

- Bedensel ihtiyaçların giderilmesi,
- Çevreyi keşfe çıkıldığında geri dönülebilecek güvenli bir üssün bulunması,
- Yaşama dair güvenlik duygusunu içselleştirmek.

Freud'un psikanalitik yaklaşımından ve nesne ilişkileri kuramından etkilenen Bowlby bağlanma kuramını buna göre yapılandırmıştır. Bowlby'nin nesne ilişkileri kuramından etkilendiği kuramcılar bulunmaktadır. Kuramcılar tarafından farklı şekillerde yorumlanan nesne ilişkisi kuramının tanımında ortak bir noktada birleşim göstermişlerdir. Nesne ilişkisi kuramında erken çocukluk döneminde elde edilen deneyimlerin olduğu belirtilmiştir. Nesne ilişkileri kuramcıları Freud'un içsel çatışma ve dürtüsellik düşüncesinden farklı bir düşüncede olarak erken çocukluk döneminde çocuk açısından önemli olan kişilerle girdiği ilişkiyi esas almaktadırlar. Nesne ilişkileri kuramında ebeveynlerin yansımaları çocuğun bilinçaltı seviyesindedir ve çocuk bunu içselleştirmektedir. Çocuğun bilinçaltında yer edinen ve içselleştirilen bu nesne işlevi gören imgeler hayatın geri kalan kısmında kurulacak ilişkilerin ne şekilde algılanacağını belirlemektedir. Özetle kişinin anne ya da babası hayatının tamamında yanında olamasa bile bilinçaltında onun imgesini taşır ve taşıdığı bu imge hayatının geri kalanında yaşayacağı ilişkilere etki etmektedir (Burger, 2006'den akt., Arslan: 29).

Bowlby'nin temelini attığı bağlanma kuramı ile ilgili çalışmaları annesinden yoksun büyüyen çocukların göstermiş olduğu davranışları izlemesi ile başlamıştır (Ainsworth, 1989: 28). Buna bağlı olarak ailesi tarafından istismara uğrayan çocukların aileleri yanından alınarak bakım evlerine gönderilen çocukların sergilemiş olduğu davranışları incelemeye almıştır (Ainsworth ve Bowlby, 1991: 19). Yapmış olduğu inceleme sonucunda ailelerinin yanından ayrılan çocukların göstermiş olduğu tepkinin üç evrelili bir davranış örüntüsü şeklinde olduğunu ifade etmiştir. Bu davranış örüntüsü çocuklarda ortak olarak görülmüştür. Bowlby çocuklarda gözlemlediği bu davranış örüntüsünü şu şekilde tanımlamıştır (Bowlby, 1969: 62):

- Protesto,

- Umutsuzluk,
- Çekilme.

Bebek veya çocuk protesto evresinde iken, kendisi ile ilgilenen ve ihtiyaçlarını karşılayan kişi dışında kalan kişilerin onu sakinleştirme çabalarına direnerek protesto eder ve annesi ya da bakımını yapan kişiyi geri getirmek için ağlamaya başlar. Umutsuzluk evresinde çocukta ağlamanın şiddeti ve sıklığı azalarak içe dönük bir izlenim sergilenmektedir. Çocuk bu evrede yaşamış olduğu üzüntüyü içe dönük olarak gerçekleştirir ve annesini tekrar görebileceğini umut etmektedir. Çekilme evresinde olan çocuk annesi ile karşılaştığı anda annesini yok sayar ve görmezden gelerek kaçınma davranışında bulunarak uzaklaşmaktadır (Hazan ve Shaver, 1987: 20).

Bowlby'nin bağlanma kavramı ile ilgili yapmış olduğu çalışmalarda bağlanma ile ilgili olarak temel ilkelerden bahsetmiştir. Bowlby'e göre, bebek ile anne arasında oluşan ilk bağın oluşması için gerekli olan eğilimlere sahiptirler ve erken çocukluk döneminde oluşan bu bağ insanların tümünde gerçekleşmektedir. Sosyolojik farklılıklara rağmen bağlanma tüm dünyada gerçekleşmektedir. Bağlanma kişisel olmayan ilişkisel bir olgudur. Kişide oluşan bu bağlanma ilişkisinin son bulması kişiyi olumsuz yönden etkilemektedir. Yaşam boyunca kişiler farklı bağlanmalar yaşamaktadır fakat ilk bağlanma niteliksel olarak yaşanacak diğer bağlanmalardan farklılık göstermektedir. Bebeklerde olan ilk bağlanma ile geliştirdikleri içsel bir imge vardır ve bu imge yaşamın ilerleyen dönemlerinde yaşanacak olan bağlanmaya etki etmektedir (Hortaçsu, 1993'ten akt., Ekşim, 2016: 11).

Bowlby anne ile çocuk arasında yaşanan ilişkinin çocuğun üç yaşına gelmesi ile yeni bir aşamaya girdiğini belirtmiştir fakat bağlanmanın yaşam boyu devam edeceğini söylemesine rağmen bebeğin iki yaşından sonra anne ile arasında olan ilişki hakkında pek fazla bilgiye yer vermemiştir. Buna bağlı olarak çocuk ile ebeveyn arasındaki duygusal bağ sonucunda oluşan bağlanma aşamalı şekilde gerçekleşmektedir. Bowlby'nin bağlanma aşamaları Tablo 2.2'de yer almaktadır (Biddle, Garcia-Nevarez, Henderson ve Valero-Kerrick, 2013: 16):

Tablo 2.2. Bowlby'nin Bağlanma Aşamaları

Bowlby'nin Bağlanma Aşamaları		
Aşamalar	Yaş	Özellikler
Ön Bağlanma	Doğumdan itibaren 8-12	Bu aşamada anneye ya da anne dışında kalan tanıdığı veya tanımadığı insanlara karşı verilen cevap aynıdır. Bebekler bu aşamada kişileri tip olarak birbirinden

	haftaya kadar geçen süre	ayırılmaz ve herkes onun rahatlığını sağlayabilmektedir.
Bağlanma Başlangıcı	3 -6 ile 8 ay arasındaki dönem	Bebek bu aşamada annesini tanımaya başlayarak annesi tarafından rahatlatılması daha yüksek ihtimaldir. Bebek kendisine yakın olan bakıcı ya da tanıdık olan başka insanları da tanımaya başlar ve bu tanıdık insanlar bebeği rahatlatabilmektedir. Bebek bu aşamada yabancılara karşı daha hızlı tepki vermektedir.
Açık Bağlanma	6-8 ay ile yaklaşık olarak 3 yaş arasında geçen dönem	Bu aşamada 1. yaşın ortalarında bebek belli bir kişiye bağlanmaktadır. Bebekler genel olarak anneye bağlanmaktadır ancak bazı bebekler babaya ya da bakıcıya da bağlanma göstermektedirler. Bebek annesi ile olan yakınlığını korumaya çalışırken annesinden uzak kaldığı durumları protesto ederek yabancılara yanından uzaklaştırmaktadır.
Hedefi Düzeltilmiş Ortaklığın Oluşturulması	3-4 yaş ve sonraki dönemler	Çocuk bu aşamada güven, sevgi ve onay gibi soyut temsillere sahiptir ve bağımsızlığının artması ile annenin ihtiyaçlarını anlamaktadır. Çocuk bu aşamada kendisinin ve başka insanların ihtiyaçları ve istekleri olduğunu anlayarak annenin bazen kendi ihtiyaçlarına daha fazla öncelik verdiğini fark etmeye başlamaktadır.

Kaynak: Biddle, Garcia-Nevarez, Henderson ve Valero-Kerrick'ten (2013: 16) alınmıştır.

Bowlby'e göre bağlanma davranışı bebeklik döneminde bebeğin ihtiyaçlarının karşılanmasına yönelik tek taraflı gelişmektedir. Üç dört yaşından itibaren çocuk çevresindeki insanların da ihtiyaçlarını anlamaya ve davranışlarını buna göre şekillendirmeye başlamaktadır. Bu evreden itibaren bağlanma davranışı karşılıklı etkileşimlerin bir sonucu olarak gelişimini sürdürmektedir.

2.2.2. Bağlanma Davranışı ve Etolojik Kökenleri

Çok sayıda etolog ve araştırmacı memeli hayvanlar ile kuşların anneleri ile olan ilişkileri üzerinde çalışmalar yapmıştır. Lorenz Tinbergen ve Harlow gibi önemli isimler bu konu üzerine araştırma yapan araştırmacılar arasında yer almaktadır. Bu araştırmacıların bulgularını inceleyen Bowlby, bağlanma davranışının evrimsel bir süreçte gerçekleştiğini anlamıştır (Bahadır, 2006: 28). Bowlby ortaya koymuş olduğu bağlanma kuramını etologların yapmış olduğu çalışmalar ile desteklemektedir. Bowlby memeli türler arasında içgüdüsel olarak bir bağlanma sistemi olduğunu ileri sürmüştür. Onun savunduğu görüşe göre, yeni dünyaya gelen bir yavrunun kendi ihtiyaçlarını giderememesi ve hayati tehlikelere karşı savunmasız bir halde olması bağlanma sisteminin temelini oluşturmaktadır. Yeni doğanların güven içerisinde

gelişim gösterebileceği bir alan bağlanma sistemi olarak tanımlanmıştır. Buna bağlı olarak yeni doğanın hayatta kalabilmesi için ihtiyaçlarını sağlayan ile bağ kurmalı ve kurduğu bu bağı sürdürmeye devam etmelidir. Dünyaya yeni gelmiş olan yavru etrafını öğrenmek amacı ile çıkmış olduğu keşifte başına gelebilecek tehditlere karşı geri dönebileceği bir üs olarak bakıcısına sığınmaktadır (Bowlby, 1969: 63).

Bowlby'nin (1969) öne sürdüğü görüşe göre, insanlar ve hayvanlar soyunun devam edebilmesi için gerekli olan iki süreç bulunmaktadır. Bu süreçler "Basımlama" ve "Bağlanma" olarak ifade edilmektedir. Hayvan türünün devamlılığını basımlama sağlamaktadır. İnsan türünün devamı ise bağlanma tarafından sağlanmaktadır. Basımlama ve bağlanma kavramlarının ortak yanı ikisinde de canlı türlerinin hayatına devam etmesini sağlamaktır.

Bowlby'nin (1969) öne sürdüğü görüşe göre basımlama sistemi hayvanlarda içgüdüsel olarak işlemektedir ve bunu sağlayan önemli kritik süreçler bulunmaktadır. Canlı türüne göre değişen bu kritik dönem, canlı yaşamının ilk günlerinde gerçekleşmektedir. Basımlama yaşamın ilk saatlerinde kuvvetli iken, doğumdan sonra geçen süre arttıkça basımlamanın kuvveti azalmaktadır. Buna bağlı olarak bazı canlılar için basımlamanın gerçekleşmesi için kritik olan ilk saatler ya da günler yaşamın devam edebilmesi için çok önem teşkil etmektedir. Bağlanma davranışının insanlarda olan gelişimi ise değişik bir gelişim süreci göstermektedir. İnsanlarda bağlanma kavramı hayvanlardan farklı olarak gelişmektedir. İnsanlarda bağlanma 0-3 yaş aralığında şekillenmektedir ve şekillenen bu bağlanma biçimi kişinin bütün yaşamı süresince kuracağı duygusal ilişkileri etkilemektedir.

Memeli türlerinin yavrularının da bağlanma davranışı sergilediği gözlemlenmektedir. Dünyaya yeni gelmiş olan bir yavru içgüdüsel olarak kurduğu bağ ile kendini güvende hissederek yaşamına devam etme olasılığını arttırmaktadır. Dünyaya yeni gelmiş olan bebek maymunlar annelerinin göstermiş olduğu hareketlerde onların göğüs bölgesinden tutunma eylemi göstermektedirler. Benzer biçimde köpek yavruları da annelerinin sıcak bedenlerine ulaşabilmek için kardeşlerinin üzerlerinden geçmektedirler (Atkinson, Atkinson ve Hilgrad, 1995: 33). Bu konuda çalışma yapan Lorenz (1958) civcivlerin yumurtadan çıktıkları anda sergileyecekleri davranışları incelemiştir ve civcivlerin etrafında hareket halinde olan bir nesneyi takibe aldıklarını gözlemlemiştir. Lorenz'in ifade ettiğine göre, yaptığı gözlemlere dayanarak incelediği civcivler arasında on dakika boyunca aynı nesnenin arkasından giden civcivlerin nesne

ile bir bağ oluşturduğunu gözlemlemiştir. Nesne ile aralarında bir bağ oluşturan civcivler, bağlanma yaşadıkları nesnelere onlardan ayrılması ile rahatsızlık duydukları Lorenz tarafından gözlemlenmiştir. Lorenz yapmış olduğu incelemeler sonucunda civcivlerin sergilemiş olduğu davranışların insanlarda da olduğunu düşünerek, bebek ve anne arasında ilk aylarda kurulan etkileşim sayesinde aralarında olan ilişki seviyesinin etkilendiğini ileri sürmüştür.

2.2.3. İçsel Çalışan Modeller

Bowlby'nin ortaya koymuş olduğu bağlanma kuramı içerisinde yer alan en önemli kavramlar arasında içsel çalışan modeller yer almaktadır. Çocuğun barınma, korunma, beslenme gibi temel ihtiyaçlarının karşılanmasına karşı anne ya da çocuğunun bakımını sağlayan kişinin ne şekilde bir tepkide verdiği ile ilişkili olan sistem içsel çalışan modeller kavramıdır. Sistem içerisinde anne ya da çocuğun bakımını sağlayan kişinin çocuğun ihtiyaçlarına yönelik olarak vermiş olduğu tepkiler modelleşerek çocuğun zihninde depolanmaktadır. Çocuğun ihtiyaç duyduğu durumlarda anne ya da bakımını sağlayan kişi tarafından sağlanacak yakınlık, güven ve desteğin verilmesi çocukta olumlu bir model oluştururken, tam aksi şekilde sergilenecek olan davranışlar neticesinde çocukta olumsuz bir model oluşmaktadır (Bowlby, 1973'ten akt. Morsümbül ve Çok, 2011: 555).

Bowlby ortaya koyduğu bağlanma kuramı içerisinde yer alan içsel çalışma modellerinin iki kategoride olduğundan bahsetmektedir. Buna göre ilk kategoride gelişen model başkaları modeli olarak ifade edilmektedir. Bu modele göre, çocuğun ihtiyaçlarını karşılamak için yanında bulunan anne ya da çocuğunun bakımını sağlayan kişinin çocuğun ihtiyacı halinde ihtiyaçlarını karşılaması ve çocuğa ulaşılabilir olmasına bağlı olarak gelişim göstermektedir. İkinci kategoride yer alan model ise kendilik modeli olarak ifade edilmektedir. Bu modele göre, çocuğun bağ kurduğu kişi ile çocuğun gözünden bakımını sağlayan kişinin nasıl algılandığına yönelik oluşan modeldir (Bowlby, 1973: 45). Bowlby 'nin kuramı içerisinde yer alan bu ilk modele göre çocuğun ilişki kurduğu insanları nasıl algıladığı ile alakalı iken, ikinci model başka insanların çocuğu nasıl algıladıkları ile alakalı olması şeklinde açıklanmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 180). Bowlby'nin (1998) ortaya koymuş olduğu bağlanma kuramı içerisinde yer alan modellere göre, çocuğun yaşamının ilk yıllarında kendisi ile alakalı olarak geliştirdiği benlik modeli, bakıcının onunla ilgili geliştirdiği benlik modelini yansıttığı ifade edilmektedir.

Çocuk gördüğü bu modellerden yola çıkarak zihninde depoladıkları ile kendilik algısını oluşturmaktadır. Çocuğun ihtiyaçlarını karşılama noktasında yardımına ihtiyaç duyduğu bakıcısı tarafından yakınlık görememesi sonucunda çocuk, bağlanmayı görmezden gelerek reddeder ve çocuk kendini sevmeye layık olmayan bir varlık olarak düşünerek bunu içselleştirmektedir. Çocuk büyümeye başladıkça görmüş olduğu bu temsiller sayesinde içselleştirme durumu pekişme göstermektedir. Bu modellerin ergenlik dönemi ile birlikte gelişimi yavaşlayarak bireyde kalıcı hal alır ve bu modeller bireyin yetişkinlik döneminde yaşayacağı ilişki durumlarını duygusal, davranışsal ve düşünsel açıdan etkilemektedir (Bowlby, 1973'ten akt., Morsümbül ve Çok, 2011: 556).

Bu konuda çalışma yapan Hazan ve Shaver'in (1994) ifade ettiğine göre, kişinin inanç, duygu ve davranışsal eğilimlerine yönelmesinde içsel çalışan modellerin bilişsel haritalar olarak yönlendirici olduğu tanımlanmaktadır. Onların ifade ettiklerine göre, çocuğun kimlik oluşumunda bağlanma davranışı kimliğin bir parçası haline geldiği görülmektedir. Hazan ve Shaver'in (1994) tanımlamalarına göre, çocuğun etrafında olan bu modeller değişip dönüşme konusunda her ne kadar direnme gösterebilir de bu modellerin bir kısmının dönüştürülebilir olduğu açıklanmıştır. Kişilerin yaşamlarının ilerleyen kısımlarında içinde bulunduğu çevreye göre içsel çalışan modeller tekrar düzenlenip şekillenmektedir. Bir başka ifade ile bağlanma şeklinin değişip şekillenmesinde kişilerin yeni ilişkiler içine girmesi etkili olmaktadır (Bowlby, 1969; Egeland, Jacobvitz ve Sroufe, 1988).

Kişilerin hayatında yaşanan bu durum bilişsel psikoloji alanında öncü olan Piaget'in özümleme ve uyma prensiplerine uymaktadır. Özümleme ve uyma, mevcut olan şemanın kullanmanın ve kullanılan şemanın eksik kaldığı anlarda mevcut şemayı değiştirme anlamlarına gelmektedir. Piaget'in bu prensipleri doğrultusunda çocuk, daha önce kaydedilmiş olan (bebeklik ve çocukluk döneminde yer alan bağlandığı nesnelere, sosyal çevresi ve kendilik ile ilgili olan verileri) verileri özümlemekte ve bunları tanımlamak için mevcut olan şemaları kullanmaktadır. Çocuğun yeni gelen verileri mevcut olan şemayı bozarak güncelleyebilmesi için içsel modellerin tam olarak gelişmesi ve pekişmesi gerekmektedir (Saymaz, 2003).

Birçok araştırmacı tarafından hala tartışma konusu olan içsel çalışan modellerinin çocukların bakıcı ile kurmuş olduğu bağlanma ilişkisi sonucunda çocuklarda kendilik

modeli ile başkaları modeline etkilediğine dair araştırmalar bulunmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994: 22).

2.2.4. Bağlanma Stilleri ve Farklı Modeller

Çalışmanın bu kısmında bağlanma stilleri ile ilgili olarak farklı görüşlere yer verilmiştir. Bu görüşlerde Ainsworth'un üçlü bağlanma modeli ile birlikte Hazan ve Shaver'in üçlü bağlanma modelinin yanında Bartholomev ve Horowitz'in dörtlü bağlanma modeli yer almaktadır.

2.2.4.1. Ainsworth'un çl Bağlanma Modeli

Bağlanma kuramının temellerini atan Bowlby, bağlanma kuramının gelişmesinde etkili olan Mary Ainsworth ile anne ve çocuk arasında olan ilişkiyi incelemişlerdir (Ainsworth ve Bowlby, 1991: 33).

Bağlanma kuramı alanında çalışmalar yapan Ainsworth, bireysel farklılıklardan ve içsel çalışan modellerden dolayı bağlanma ilişkilerinin geliştiğini düşünerek yapmış olduğu çalışmalarda bu farklılıkları ortaya koymaya çalışmıştır. Ainsworth, Bowlby'nin bağlanma kuramı üzerine deneysel çalışmalar yapmaya başlayarak bağlanma kuramının gelişmesinde etkili olmuştur. Bowlby'nin bağlanma kuramı üzerinde katkıda bulunan Ainsworth'un yapmış olduğu en önemli katkılar arasında bağlanma davranışında bireysel farklılıklar ve güvenli bir s kavramlarına yönelik olarak yapmış olduğu yorumlar olarak bilinmektedir (Ainsworth, Blehar ve Waters., 1978: 15). Ainsworth, Bowlby'nin bağlanma kuramından yola çıkarak "yabancı durum" olarak adlandırdığı bir deneysel test ile anne ve çocuk arasında olan bağlanma ilişkileri modellerini incelemeye almıştır. Yapmış olduğu bu test ile 12-18 ay aralığında olan bebeklerin bağlandıkları figürleri tercih ederken ne kadar güvenli bir s olduklarına, bebeklerin kendilerine yaklaşmaya çalışan yabancı kişilere karşı sergilemiş oldukları davranışlar ve bu sırada yanlarında bağlandıkları kişiler olmadığı anda hissetmiş oldukları korku ve kaygı durumları ile nasıl ve ne Şekilde baş edebildiklerini incelemek istemiştir. Ainsworth'un yapmış olduğu testin aşamaları Tablo 2.3.'te verilmiştir. Ainsworth 12-18 ay arasında olan bebeklerin bakıcıları olan ilişkilerini ölçmek amacı ile bir deney hazırlamıştır ve hazırladığı bu deney sekiz aşamadan meydana gelmektedir ve her aşama üç dakika srmştr (Bukatko ve Daehler, 2012).

Tablo 2.3. Ainsworth'un Yabancı Ortam Deneyi

Deneyin aşamaları	Deney ortamında bulunan insanlar	Uygulanan Prosedür	Değerlendirilen Bağlanma Davranışı
1. Aşama	Anne veya bebeğin bakımını sağlayan kişi, bebek ile yabancı kişi	Bebek ve anne oturduktan sonra odaya yabancı kişi girer ve sessizce boş bir yere oturur.	-
2. Aşama	Anne veya bebeğin bakımını sağlayan kişi ve bebek	İçeride bulunan yabancı kişi bir süre sonra anne ile konuşmaya başlar ve biraz daha zaman geçtikten sonra bebek ile oynamaya başlar.	Güvenli bir üs olarak ebeveyn
3. Aşama	Yabancı kişi, anne veya bakıcı ve bebek	Bir süre sonra anne ayağa kalkarak odadan çıkar.	Yabancı kaygısı
4. Aşama	Yabancı ve bebek	Odada yabancı kalır ve bebek ile etkileşime girmeye başlar.	Ayrılık anksiyetesi
5. Aşama	Anne veya bakıcı ve bebek	Biraz zaman geçtikten sonra yabancı odadan ayrılır ve anne tekrar gelir.	Yeniden birleşme
6. Aşama	Bebek	Biraz zaman geçtikten sonra anne odadan ayrılarak bebeği yalnız bırakmaktadır.	Ayrılık anksiyetesi
7. Aşama	Yabancı ve bebek	Biraz zaman geçtikten sonra yabancı odaya girerek gerekli olursa bebeği rahatlatmaya çalışarak onunla oyun oynamaya çalışmaktadır.	Rahatlık sağlama/ Rahatlatma
8. Aşama	Anne veya bakıcı ve bebek	Yabancı odadan ayrılır ve anne ile çocuk odada da birkaç dakika daha vakit geçirmektedir.	Yeniden birleşme

Kaynak: Bukatko ve Daehler'den (2012) alınmıştır.

Ainsworth ve diğerleri tarafından yapılan bu çalışma neticesinde çocuklarda üç şekilde bağlanma örüntüsü olduğu gözlemlenmiştir ve bunun sonucunda üçlü bağlanma modeli ortaya çıkmıştır. Üçlü bağlanma modelini oluşturan bu üç bağlanma örüntüsü şu şekildedir (Ainsworth vd., 1978; Ainsworth, 1979; Main ve Solomon, 1986; Morsünbül ve Çok, 2011: 555):

- Güvenli bağlanma,
- Kaygılı ve kararsız bağlanma,
- Kaçınan bağlanma.

Ayrıca bunlara ek olarak ilerleyen dönemlerde literatüre dağınık bağlanma da eklenmiştir. Dağınık bağlanma geliştiren kişiler düşük özgüven sahibi olmakla birlikte yabancılara karşı saldırgan tutumlar ve uygunsuz davranışlar sergileme

eğilimindedirler (Main ve Solomon, 1990'den akt., Kılıç ve Kümbetlioğlu, 2016: 385-386).

Bebeğin bakımını yapan kişinin bebeğin ihtiyacı olduğu anda ihtiyaçlarını zamanında ve yeterli seviyede gerçekleştirmesine bağlı olarak oluşan bağlanma stili güvenli bağlanma stili olarak tanımlanmaktadır. Bu güvenli bağlanma stili sayesinde bebekler anneleri ile olan ilişkilerinde samimiyet ve sıcaklık bulunmaktadır. Bunun yanında bebek annesi tarafından destekleneceğine emin olduğundan dolayı kendisi etrafı keşfetmeye çalışmaktadır (Bowlby, 1998: 32). Anneleri ile sıcak ilişki içerisinde bulunan bebekler annelerinden ayrı olduğu anlarda biraz huzursuz olurlar ama çok fazla panik haline girmezler. Bebekler yakınlaşma girişimlerine karşı gelmeden annesi ile tekrar bir araya geldikleri zaman hemen iletişime geçerek sakinleşir ve etrafı keşfetmeye devam etmektedir (Sümer ve Güngör, 1999: 102). Bebek ile bakıcı arasındaki güvenli bağlanma stilinin oluşmasında bakıcının özellikleri etkili olmaktadır. Buna göre aşağıda yer alan Tablo 2.4.'de bebeğin güvenli bağlanma stilini oluşturması için bakıcıda olması gereken 6 özellik yer almaktadır.

Tablo 2.4. Güvenli Bağlanma Stilini Oluşturmada Bakıcılarda Olan 6 Özellik ve Bu Özelliklerin Tanımları

Özellik	Tanım
Duyarlılık	Bebeğin ihtiyaçları için vermiş olduğu sinyallere zamanında ve uygun olarak cevap verme
Pozitif tutum	Bebeğe olan eğilim ve olumlun bir tutum içerisinde olma
Eş zamanlı olma	Bebek ile sakin ve karşılıklı bir iletişim içerisinde olma
Karşılıklı olma	Bebek ve annenin aynı şeyi düşündüğü yapılandırılmış olan etkileşim
Destek	Bebeğin bulunacağı faaliyetlerde ona duygusal olarak destek vermek ve faaliyetlerine katılmak
Uyarma	Bulunduğu eylemleri sık sık bebeğe yöneltmek

Kaynak: Shaffer ve Kipp'ten (2014) alınmıştır.

Bebeğe bakımını sağlayan kişinin bebeğin ihtiyaçlarını karşılama noktasında yeterli hassasiyeti göstermeyerek duyarsızlaştıkları durumlarda gelişim gösteren bağlanma stili kaygılı ve kararsız bağlanma stili olarak tanımlanmıştır (Kesebir vd., 2011: 330). Bebeklerin bu tür bağlanma stillerini içselleştirmeleri üzerine yapılan incelemelerden anlaşıldığı üzere, bebeğin bakımını sağlayan kişilerin bebekler ağladıklarında onlara ilgi göstermeyerek, umursamamaktalar ve bebeklerin oyun oynama gibi etkinliklerini engelledikleri sonucuna ulaşılmıştır (Ainsworth, 1979: 20). Bebeklerin bu tür bağlanma stilini içselleştirmeleri sonucunda annelerine karşı bir güven sorunu yaşarlar ve onlara karşı bir güven duygusu geliştirememektedirler (Kesebir vd., 2011: 330).

Bebekler bakımlarını sağlayan kişiler hakkında şüpheye düşerler ve onlara ulaşmanın zor olduğunu düşünerek onlara karşı tedirgin davranışlar sergilemektedirler (Ainsworth vd., 1979'den akt., Sümer ve Güngör, 1999). Bebekler yaşayacakları olumsuz durumlarda destek göremeyeceklerini bildiklerinden dolayı etrafını keşfe çıkarken çekimsellik göstermektedirler ve bebekleri annelerine sarılmak için direnç göstermektedirler (Bowlby, 1998).

Ainsworth bebeklerin içinde buldukları bağlanma stilleri ile annelerine ya da bakımını sağlayan kişilere karşı güvenli olarak bağlanmasında annelerinin duyarlı, kabul eden ve işbirlikçi olma eğiliminde olduğu gösterilmiştir. Bebeklerin bağlanma stillerine girmelerinde ebeveynlerin içinde bulunduğu bağlanma stilleri etkili olmaktadır. Bebeğin bağlanma stilleri ile ebeveynin bağlanma stili Tablo 2.5'te yer almaktadır.

Tablo 2.5. Bebek bağlanma stilleri ve ebeveynlik stilleri

Sınıflandırma Kriterleri					Ebeveynlik Stilleri
Bağlanma Stilleri	Bakıcıya olan yakınlık anlayışı	Bakıcı ile olan teması devam ettirme	Bakıcı ile yakın olmaktan kaçınma	Bakıcı ile temas kurmaya karşı direnç gösterme	
Kaçınmacı	Düşük	Düşük	Yüksek	Düşük	Reddeden-tepkisiz veya müdahaleci-aşırı uyarıcı
Güvenli	Yüksek	Yüksek (sıkıntılı bir durum var ise)	Düşük	Düşük	Hassas, Duyarlı
Karşı Koyucu	Yüksek	Yüksek (genellikle ayrılık öncesi)	Düşük	Yüksek	Tutarsız, genel olarak cevap alnamayan
Düzensiz	Tutarsız	Tutarsız	Tutarsız	Tutarsız	Korkutan ve ürküten

Kaynak: Feldman'dan (2017: 208) alınmıştır.

Bebekler annelerinden ayrı kaldığı anlarda huzursuzluk ve kaygı yaşarlar bunun yanında yabancı kişilerin onunla iletişim kurmasına izin vermez ve annesi ile yeniden buluşana kadar hatta buluştuğunda dahi sakinleşmesi uzun sürer ve buna bağlı olarak bebek çevreyi keşfetmeye çıkamamaktadır (Sümer ve Güngör, 1999: 80). Bu durumda olan bebekler hem ilişki kurmayı reddeder hem de bir ilişki içinde bulunmadığı zamanlarda bunu protesto etmektedirler. Bunu yaşayan bebekler bakımını sağlayan kişiye karşı olan davranışlarında tutarlı olmamaktadır (Bell ve Ainsworth, 1972: 1180).

Bebeklerin bakımlarının bakıcılar tarafından soğuk bir tavırla karşılanması ve bebeğin bakıcıya karşı olan bedensel temasta bulunma isteğine karşı bakıcının bunu reddeden bakıcılarda büyüme süreci geçiren bebeklerde kaçınan bağlanma stiline geliştiği gözlemlenmiştir. Bu bağlanma stili içerisinde olan bebeklerde annelerinden ayrı kaldıkları kısa anlarda bile terk edildikleri düşüncesi oluşur ve hemen hırçın hareketler sergilemeye çalışmaktadırlar (Ainsworth vd., 1979'den akt., Sümer ve Güngör, 1999: 85). Bu durumda olan bebekler destek göremeyecekleri ile ilgili şüpheleri vardır ve bunun yanında azarlanacağı düşüncesi ile yaptığı hareketlere ve davranışlara dikkat ederek, dikkatleri çeken davranışlarda bulunmamaktadır (Bowlby, 1998). Bu bebekler annelerinden ayrı kaldıkları zamanlarda annelerinin yokluklarını hissetmemekte ve fazla etkilenmemektedirler ve anneleri ile yeniden bir araya gelme gibi bir beklenti içerisine girmezler (Sümer ve Güngör, 1999: 85). Ainsworth'a (1979) göre, bebeğin davranışlarında kaçınma olmasının altında bir savunma mekanizması bulunmaktadır ve bu mekanizma öfke ve kaygı düzeyini düşürdüğünü ifade etmiştir (Ainsworth 1979).

2.2.4.2. Hazan ve Shaver'in Üçlü Bağlanma Modeli

1979 yılında bebeklerin bağlanma örüntülerini inceleyen ve bunu çalışan Ainsworth'den etkilenerek Hazan ve Shaver bu konuda çalışma yapmışlardır. Hazan ve Shaver'in yapmış olduğu çalışmaya göre, bebeklik döneminde oluşan bağlanma stilleri bireyin yetişkinlik döneminde de devam etmektedir ve yetişkinlik döneminde yaşanacak olan romantik ilişkilerde de benzer şekilde dinamikleri yansıtabilecek olan bağlanma örüntülerinin ortaya çıkacağını öne sürmüşlerdir (Hazan ve Shaver, 1987: 21). İleri sürülen bu görüşü güçlendiren düşünce, birbiri ile kenetlenen eylem prensiplerinden bir tanesinde yaşanacak olan olumsuzluklar zincirleme bir şekilde birbirini takip ederek etkileyecek olması Hazan ve Shaver'i bu araştırmayı yapmaya yönlendiren düşünce olmuştur (Hazan ve Shaver, 1990: 275). Hazan ve Shaver'in (1987) yapmış olduğu çalışmaya göre, 14-18 yaş aralığında olan yetişkin bireylerin romantik ilişkilerini incelediğinde elde ettiği sonuç ile Ainsworth'un ortaya koymuş olduğu üçlü bağlanma stili modeli ile örtüşen dinamiklerin olduğu ileri sürülmüştür. Yapılan araştırmada güvenli bağlanma, kaçınan-kararsız bağlanma ve kaygılı bağlanma stilleri açısından kıskançlık, cinsel çekicilik, özlem ve güven alt boyutlarına yer verilmiş ve buna göre değerlendirme yapılmıştır. Hazan ve Shaver yaptıkları

araştırmada 56 maddeden oluşan kendileri tarafından geliştirmiş oldukları bir ölçek kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan bu ölçek üç aşamalı olarak sınıflandırılmıştır:

- Kişi için önemli olan ilişkinin değerlendirilmesi,
- Kişi için önemli olan ilişkinin sürekliliği,
- Kişinin erken çocukluk döneminde bakımını sağlayan kişi ile ilişkisinin ölçmektedir ve sınıflandırma buna göre yapılmıştır.

Yapılan araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, güvenli bağlanma stiline çocukluk döneminde içselleştiren kişilerin yetişkinlik dönemlerine yaşadıkları romantik ilişkileri mutluluk ve güven duygusu hissettiren dostane bir ilişki olarak algıladıklarını belirtmişlerdir. Bunun yanında bu kişiler başkaları ile ilişki kurarken bir sıkıntı yaşadıklarında zorluk çekmediklerini ifade etmişlerdir. Diğer insanlar ile ilişki kuracak olan, kaygılı ve kararsız bağlanmayı içselleştirmiş olan yetişkinler kuracakları ilişkilerde terk edilme korkusu yaşadıklarını ve bundan dolayı ilişki kuramadıklarını dile getirmişlerdir. İnsanlarla yakınlaşmak ve ilişki kurmak istemelerine rağmen bunu gerçekleştiremediklerini ifade etmişlerdir. Bunun yanında ilişki kurduğu partnerlerine kolay bir şekilde inanıp gvenemediklerini de belirtmişlerdir. Kaygılı ve kararsız bağlanmayı içselleştiren yetişkinlere kurdukları ilişkiler tanımlamaları istendiğinde; ilişkilerini kıskançlık, tutku ve duygusal gelgitler tanımlamışlardır (Hazan ve Shaver, 1987: 22).

2.2.4.3. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli

Bebekler için geliştirilen bağlanma modelini ortaya koyan Ainsworth' n çalışmasının ardından Hazan ve Shaver yetişkinler üzerine uyarladığı l bağlanma modelini geliştirmişlerdir ve bunun zerine Bartholomew ve Horowitz (1991) yetişkinler için başka bir bağlanma modeli geliştirmişlerdir. Araştırmacılar içsel çalışan modeller sistemini bir çıkış noktası olarak kullanarak başkaları modeli ve benlik modelinden yola çıkarak dörtlü bir bağlanma modeli geliştirerek ortaya koymuşlardır.

Bartholomew ve Horowitz'e göre, bakıcının bebeğin ihtiyaçlarını karşılama noktasında göstermiş olduğu duyarlılık ve erken çocuklukta kazanılan deneyimler ile bağlantı kurularak gelişen başkaları modeli ile benlik modeli ile olarak sınıflanma gösteren içsel çalışan modeller kişinin yaşamı boyunca varlığını sürdürmektedir. Bartholomew ve Horowitz'in ne sürdüğü görüş ise, başkaları modeli ve benlik modelinin bir araya gelmesi ile oluşan içsel çalışan modellerin olumlu ve olumsuz

yanları ile iki boyutu olduğu ortaya koymuşlardır. Buna göre dörtlü bağlanma modelinde olan bağlanma stilleri şu şekilde tanımlanmıştır (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227):

- Güvenli bağlanma,
- Saplantılı bağlanma,
- Kayıtsız bağlanma,
- Korkulu bağlanma.

Bartholomew ve Horowitz'in geliştirerek öne sürdüğü dörtlü bağlanma modeli Tablo 2.6'da yer almaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227).

Tablo 2.6. Bartholomew ve Horowitz'in Dörtlü Bağlanma Modeli

	Benlik Modeli	Başkaları Modeli
Güvenli Yakınlaşmada özerk ve rahat	Olumlu (Düşük bağımlılık)	Olumlu (Düşük bağımlılık)
Saplantılı İlişkilerde saplantılı	Olumsuz (Yüksek bağımlılık)	Olumlu (Düşük bağımlılık)
Kayıtsız Yakınlaşmaya kayıtsız ve karşıt bağımlı	Olumlu (Düşük bağımlılık)	Olumsuz (Yüksek bağımlılık)
Korkulu Yakınlığa karşı korku ve sosyal açıdan kaçınan	Olumsuz (Yüksek bağımlılık)	Olumsuz (Yüksek bağımlılık)

Kaynak: Bartholomew ve Horowitz'ten (1991: 227) alınmıştır.

Kişinin olumlu benlik modeli ve olumlu başkaları benlik modeli içselleştirmesi ile güvenli bağlanma stili oluşmaktadır. Güvenli bağlanma stiline geliştiği yetişkin bireylerin öz duyguları gelişkindir ve başka insanlarla yakınlaşmada bir problem yaşamamaktadırlar (Bartholomew ve Shaver, 1998'den akt., Arslan, 2008). Güvenli bağlanmayı geliştirmiş olan insanlar özerkliklerini korurken başkalarına yaklaşabilmektedirler ve ihtiyaç duydukları zaman başka insanlar tarafından destek alabileceklerini bilmektedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991: 227).

Kişinin olumsuz benlik modeli ve olumlu başkaları modelini içselleştirmesi ile saplantılı bağlanma stili gelişmektedir. Bu bireyler başka insanların güvenini kazanma ve onayını alma noktasında kaygılıdırlar (Bartholomew ve Shaver, 1998'den akt., Arslan, 2008: 200). Saplantılı bağlanma stiline olan kişiler kendilerini değersiz görürken başka insanları olumlu olarak değerlendirmektedirler. Buna bağlı olarak da kurdukları ilişkilerde yeterlilik duygusu ve öz değer duygularını hissetmek

adına çabalamaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991'den akt., Arslan, 2008: 200).

Kişinin olumsuz benlik modeli ve olumsuz başkaları modelini içselleştirmeleri ile korkulu bağlanma stili gelişmektedir. Bu bağlanma stiline sahip olan bireyler saplantılı bağlanma stiline sahip olan bireyler ile benzerlik göstermektedir çünkü bu bireylerde diğer insanlar tarafından onaylanma ve kabul edilmeye ihtiyaç duymaktadırlar. Ancak saplantılı bağlanma stilinde olanlardan farklı olarak korkulu bağlanma stilinde olan insanlar reddedilme korkusu, terk edilme ve kaybetmekten korktuklarından dolayı ilişki kurmada kaçınılmaktadırlar (Bartholomew ve Shaver, 1998'den akt., Arslan, 2008: 150). Bu insanlar kendilerinin başka insanlar tarafından reddedileceğini, başkaları tarafından sevilmececeklerini ve başka insanlara güven duygusu geliştiremeyeceğine inanmaktadırlar. Bu reddedilme ve geri çevrilme korkularına sahip olduğundan dolayı kendilerini koruma altına almak adına ilişki kurmaktan kaçınma davranışı göstermektedirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991'den akt., Arslan, 2008: 202).

Kişinin olumlu benlik modeli ve olumsuz başkaları modelini içselleştirmeleri ile kayıtsız bağlanma stili gelişim göstermektedir. Kayıtsız bağlanma stiline sahip olan bireyler olumsuz beklentiler içerisinde olduklarından dolayı yaklaşma kurmaktan kaçınma davranışı sergilemektedirler. Bu kişiler öz değer duygularını koruyarak yaklaşma eyleminin değersiz olduğunu düşünmektedirler. Kuracakları ilişkilerde yaklaşmaya reddederek özerkliklerini koruyarak incinme ve hayal kırıklığı yaşama olasılığını yok etmeye çalışmaktadırlar (Bartholomew ve Horowitz, 1991'den akt., Arslan, 2008: 202).

2.2.5. Gelişimsel Dönemlere Göre Bağlanma

Çalışmanın bu kısmında bağlanma sisteminin gelişimsel dönemlere göre açıklamasına yer verilmiştir. Bu gelişim dönemleri bebeklikte ve çocuklukta bağlanma dönemi, ergenlikte bağlanma dönemi ve yetişkinlikte bağlanma dönemleri olarak sırası ile açıklanmıştır.

2.2.5.1. Bebeklik ve Çocukluk Döneminde Bağlanma

Bowlby'nin (1969) çalışmasına göre, bebeklerin içgüdüsel olarak doğuştan gelen bir yönelme mekanizmaları vardır ve bu yakınlık arayışına bağlı olarak tanımlanmaktadır. Bebek bağlanma davranışını sergilediği kişiden ayrı kaldığı zaman onunla olan bağı

devam ettirmek için davranışsal mekanizma devreye girmektedir. Bowlby'e göre bağlanma sistemi içerisinde en önemli şart bebeğin kuracağı yakınlığın en temel işlevi bebeği ruhsal ve bedensel olarak tehlikelerden koruyarak bebeğin yaşamına devam etmesini sağlamaktır. Bebeğin bağlanma davranışını gerçekleştirdiği kişi bebeği ruhsal ve bedensel olarak tehlikelerden koruyup yaşamına devam etmesini sağlamışsa bebek ile bakıcısı arasında olan ilişki güvenli bir stilde gerçekleşmektedir. Fakat bebeğin bağlandığı kişinin ulaşılabilir olmaması halinde güvensiz bağlanma stiline geliyeceğini belirtmiştir. Yakınlık mekanizması yaşanan bazı durumlara bağlı olarak devreye girmektedir ve mekanizmayı devreye sokan durumlar; çocuğun içinde bulunduğu durum, annenin yakınlık düzeyi ve tepkisi ile çevresel şartlar olarak ifade edilmiştir (Bowlby, 1969: 26):

- **Çocuğun durumu:** Hasta, aç, yorgun ve üşüme gibi durumlar ile canının yanması durumlarını içermektedir.
- **Annenin yakınlık düzeyi ve tepkisi:** Anne ile bebek arasında bulunan mesafe, annenin bebeğin olduğu ortamda olmaması ve bulunmak istememesi gibi durumları içermektedir.
- **Çevresel şartlar:** Bebeğin bulunduğu ortamda ani çıkan yüksek bir ses, şiddetli parlayan bir ışık ve ortamın bir anda karanlık olması gibi durumları içermektedir.

Bowlby'in (1969) ifade ettiğine göre, bağlanma stillerinin gelişimi açısından erken çocukluk dönemi çok kritik bir dönemdir ve bu dönemde 0-3 yaş arası çok önemlidir. Bunun dışında yaşamın ilerleyen dönemlerinde kurulacak olan ilişkiler erken çocukluk döneminde gelişim gösteren bağlanma stillerinin etkisi ile gerçekleşmektedir.

Masterson'un (2008) belirttiği gibi bebek ile anne arasında olan etkileşimin karşılıklı olması bağlanma sistemini oluşturmaktadır. Ancak yeni doğmuş olan bir bebeğin annesini ya da bakımını yapan kişiyi diğer kişilerden ayırt edebilme gücüne sahip olmadığı için bağlanma dinamiklerine göre yönelimin tek taraflı olarak anneden bebeğe gerçekleşmesi gerekmektedir (Paterson ve Moran, 1988: 612).

Bağlanma kuramının temellerini atan Bowlby'e göre, dünyaya yeni gelen bebeğin 3 yaşa gelene kadar olan süreçte gerçekleşen bağlanma dört aşama şeklinde meydana

gelmektedir. Buna göre bebeğin 3 yaşına kadar geçen sürede bağlanmada olan aşamalar şu şekilde belirtilmiştir (Kesebir vd., 2011: 331):

- İlk aşama (0-3 ay); bebek annesini ve bakımını sağlayan kişiyi diğer kişilerden ayırt edememektedir ve buna bağlı olarak da bu dönemde bağlanma düzeyi zayıftır.
- İkinci aşama (3-6 ay); bu aşamada ilk ağlanma işaretleri görülmektedir ve bebek bu dönemde çevrenin farkına varmaya başlayarak farklı insanlarla da bağ kurmaktadır.
- Üçüncü aşama (6-24 ay); bağlanma altıncı aydan itibaren belirginleşmekte ve güvenli bir üs oluştururlar. Bu dönemde bebek kendisi için önemli olan kişiye ilgisini göstermektedir ve ondan ayrı kaldığında rahatsızlık duymaktadır.

Bebek üçüncü aşamayı çok yoğun yaşamaktadır. Bu dönemde onun için önemli olan kişinin onun ihtiyaçlarını karşılarken göstermiş olduğu destek çok önemlidir. Bebek için önemli olan kişinin bebeğin ihtiyaçlarını karşılaması için uyarıda bulunduğu bebeğe olumlu ya da olumsuz olarak geri dönüş yapması bebeğin bağlanma durumunu etkilemektedir (Schaffer ve Emerson, 1964'ten akt., Hazan ve Shaver, 1987: 21). Bebek bu dönemde artık annesini tanımaya başlamaktadır ve aralarında özel bir ilişki oluşturmaktadır (Paterson ve Moran, 1988: 613). Bebek en çok etkileşimde olduğu ve temas kurduğu kişi ile arasında olan sevgi bağına geliştirmektedir ve bu kişi onun için güvenli bir üs olmaktadır, bebek için önemli olan bu güvenli üs ile bebek ayrı kaldığında bebek huzursuz olmaktadır. Bağlanma stili bebekte üç yaşına kadar oluşum göstermektedir ve bebeğin bağlandığı kişinin tutarlı ve bebek açısından erişilebilir olması bağlanmayı şekillendirmektedir (Kesebir vd., 2011: 331).

Bağlanma stilini güvenli bir şekilde geliştirmek için bebeğin ihtiyaçlarını zamanında karşılanmasını sağlayacak olan bağlanacağı kişinin gönüllü olması önemlidir. Bu şekilde bebeğin kendisine olan güveni ve başkalarına olan güveni gelişim göstermektedir. Bebek bakımını sağlayan kişi tarafından istenmezse ve bebek bunu fark ederse ve buna bağlı olarak ihtiyaçları karşılanmazsa bebekte güvensiz bağlanma gerçekleşmektedir. Bağlanacağı kişiye güven duymayan bebek destek göremediğinden dolayı kaygılı olur ve kendisini savunmasız hissetmektedir (Altundağ, 2011: 20).

Bebeğin bağlanma kuracağı kişi ile erken çocukluk döneminde gelişim gösteren bağlanma stilleri kişinin hayatının ilk yıllarında kişiye biyolojik olarak sağlıklı günler sunmakta ve aynı zamanda kişinin yaşamına alışmasını sağlamaktadır. Çocuğun bu dönemde yapmış olduğu en büyük kazanım bağlanma stili ile birlikte hayatının ileriki dönemlerinde kuracağı ilişkilerde insanlara güven temelli yaklaşım sergilemek olacaktır (Thompson, 2006: 113).

2.2.5.2. Ergenlik Döneminde Bağlanma

Bağlanma teorisinin kökleri, psikanalitik teori, gelişim psikolojisi, evrimsel biyoloji ve etoloji dahil olmak üzere çok çeşitli alanlarda köklere sahip olduğu bilinmektedir (Cassidy, 1999: 121). Bowlby (1969/1982) başlangıçta bebeklerin bakıcılarıyla neden yakın ilişkiler geliştirdiğini ve bu tür ilişkilerdeki bozulmaların neden ve ne ölçüde sonraki gelişimi etkilediğini açıklamak için bağlanma teorisini geliştirmiştir. Onun teorisi, bebeklik ve erken çocukluk dönemi boyunca sosyal, duygusal ve davranışsal sonuçlardaki hem normatif gelişimi hem de bireysel farklılıkları açıklamaya yardımcı olan bir gelişimsel çerçeve sağlamaktadır. Geçtiğimiz yirmi yıl içinde araştırmacılar, özellikle ergenliğe odaklanarak, yaşam süresi boyunca bağlanma sisteminin doğası ve işlevi ile ilgili sorulara yönelmişlerdir (Allen ve Land, 1999; Greenberg, Siegel ve Leitch, 1983; Kobak & Sceery, 1988).

Bebeklik döneminde bağlanma sisteminin birincil işlevi, gelişmekte olan bebeğin güvenliğini ve korunmasını en üst düzeye çıkarmak olarak ifade edilmektedir. Bebekler, özellikle sıkıntı zamanlarında bakıcılara yakınlığı teşvik eden davranışlar sergilemeye yatkındır ve bakıcılara yakınlık, sırayla bebeğe zarardan koruma sağlamaktadır (Bowlby, 1969/1982). Çocuklar olgunlaştıkça, bakıcılara yakınlık sağlamak için daha geniş bir davranış repertuarı geliştirirler ve korumaya odaklanma biraz daha duygusal desteğe benzer bir şeye kaymaktadır. Ergenlik döneminde, bağlanma sisteminin aktivasyonunun sonucu, gerçek fiziksel güvenlikden ziyade genç tarafından “hissedilen güvenlik”e yöneliktir (Allen ve Land, 1999). Bu hissedilen güvenlik, çoğu zaman bağlanma figürünün gerçek fiziksel mevcudiyeti olmaksızın, çeşitli şekillerde elde edilebilmektedir.

Bu nedenle, fiziksel korumaya ve bakıcılara yakınlığa verilen önem, olgunluk arttıkça azalmaktadır. Bu azalma, kısmen daha büyük çocuklar ve ergenlerin bağlanma figürlerinin fiziksel varlığı olmadan hissedilen güveni sağlayabilmeleri ve kısmen de

olgunluk düzeylerinin çevreleriyle kendi başlarına daha yetenekli bir şekilde etkileşime girmelerine izin vermesi nedeniyle oluşmaktadır. Benzer şekilde, gençlerin ebeveynlerinden bu tehditleri yönetmelerine yardım etmelerini isteme derecesine göre, çevrenin bir tehdit olarak algılanma olasılığı çok daha düşüktür. Örneğin, hasta gençler hala ebeveynlerinin kendilerine bakmalarını isterken, gerekirse aşırı sıkıntı yaşamadan kendi başlarına evde kalabilirler.

Ergen özerkliği gelişimi kavramının, bağlanma ilişkilerinin doğası ve işleviyle ilgili kuramın içine entegre olduğunu belirtilmektedir. Bowlby (1980) ve diğerleri, bakıcıya bağımlılığı içeren stres azaltıcı davranışlar ile çevre hakkında bilgi ve çevre üzerindeki hakimiyeti artırma işlevi gören keşfedici davranışlar arasında sürekli bir denge olduğunu öne sürmüşlerdir (Baltes ve Silverberg, 1994; Bretherton, 1992). Benzer şekilde, Ainsworth'ün bebeklerle ilgili gözlemleri, bağlanma sistemi ve keşif sisteminin aynı anda etkinleştirilemeyeceğini ileri sürmüştür (Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall, 1978: 52). Ergen gelişimi ile ilgili olarak, keşif sisteminin son derece aktif ve tam gelişmiş olması giderek daha önemli hale geliyor; bu aktivasyon rahatlık ve destek için bağlanma figürlerine günden güne güvenin azalmasına tekabül etmektedir (Allen & Land, 1999: 29). İlginç bir şekilde, ergenlikte, ebeveyn-çocuk ilişkisinde optimal sonuçlarla en çok bağlantılı olanın özerklik-bağımlılık kombinasyonu olduğunu ilk öneren Bowlby'dir (Murphey, Silber, Coelho, Hamburg ve Greenberg, 1963). Artan otonom keşif (ebeveynleri güvenli bir üs olarak kullanırken), ergenlerin sosyal ve duygusal gelişimin geri kalan görevlerine odaklanmalarını sağlar: akranları ve romantik partnerlerle ilişkiler kurma ve kendi davranışlarını ve duygusal durumlarını düzenlemektedir.

Bağlanma teorisi ayrıca, özerkliğin gelişimindeki bireysel farklılıklara ilişkin belirli tahminler içermektedir: bağımsız, kendine güvenen işlevsellik, güvenli bağlanma ilişkileri tarafından kolaylaştırılmaktadır. Bakıcılar hem duygusal olarak destekleyici hem de özerkliği teşvik ettiklerinde, çocuklar yalnızca yeni durumlara ve görevlere güvenle yaklaşma ve ustalaşma değil, aynı zamanda gerektiğinde yardım isteme kapasitesini de geliştirmektedir (Sroufe, 2005). Bu nedenle, bu formülasyonda, özerk işlev, bakıcılardan tam bağımsızlık ile eşanlamlı olmamaktadır. Hem güvenli hem de özerk olan çocukların, kendi yeterlilikleri dahilinde bağımsız olarak hareket etmeleri beklenir, aynı zamanda gerektiğinde başkalarına güvenerek oldukça rahat hissetmeleri ve gerektiğinde kendilerini oldukça rahat hissetmeleri beklenmektedir. Ayrıca, bu

özerklik görüşü, özerkliğin geliştiği kişilerarası bağlamın (yani ebeveyn-çocuk ilişkisinin) doğasını vurgular, ama aynı zamanda özerk bir bireyi karakterize eden birey-içi özellikleri varsaymaktadır.

Ergenlik dönemindeki özerklik süreçleri üzerine yapılan çoğu ampirik çalışmanın kökleri biraz farklı, ancak örtüşen bir dizi teorik çerçeveye sahip gözükmektedir. Ergen özerkliği gelişimine yönelik erken ilginin çoğu, ergenlerin ebeveynlerinden ayrılma ve onlarla olan çocuksu bağlardan ve onlara ilişkin kavramlarından vazgeçme ihtiyacını vurgulayan psikanalitik teorilerden kaynaklanmaktadır (örneğin, Freud, 1958). Bu görüşe göre, ebeveyn-ergen çatışması normatif ve arzu edilir olarak görülürken, bir dereceye kadar ergenler ve ebeveynleri arasındaki yakın duygusal bağlar bir sapma olarak kabul edilmiştir. Neoanalitik teorisyenler, kopukluk ve kendi başına çatışmanın rolünü vurgulamadılar ve bunun yerine sağlıklı ergenliğin, gençlerin yavaş yavaş kendilerini ebeveynlerinden ayrı görmeye başladıkları bir bireyselleşme sürecini içerdiğini öne sürmüşlerdir (Blos, 1967). Blos, bireyselleşmeyi ebeveynlerden kopmayı içeren bir şey olarak görmese de gençlerin tamamen özerk olabilmeleri için ebeveynlere çocukça bağımlılıklarından vazgeçmeleri gerektiğini öne sürmüştür. Ebeveynlerden bireyselleşmenin yanı sıra, ergenlerin de idealize etme sürecinden geçmeleri beklenmektedir; bu süreçte, ebeveynlerini her şeyi bilen ve her şeye gücü yetenlere karşı kusurlu görmeye başlamaktadırlar. Bağlanma teorisinin aksine, bu önermeler özerkliği daha açık bir şekilde birey-içi bir yapı olarak ele alır ve bu gelişimi çevreleyen ilişkiyel süreçlere karşı ergen içindeki intrapsişik gelişime vurgu yapmaktadır.

Bununla birlikte, bu intrapsişik süreç hala ebeveyn-ergen ilişkisinin kişilerarası bağlamı içinde yürütölmektedir ve son zamanlarda özerklik gelişimine ilişkin bazı kavramsallaştırmalar, özerklik sürecinin kişilerarası doğasını vurgulanmaktadır (Collins ve Steinberg, 2006; Collins, 1990; Hill ve Holmbeck, 1986). Bu perspektiften, çocuklar ergenliğe girdikçe ve bu etkileşimleri çevreleyen altta yatan inançlar ve beklentiler değıştikçe ebeveyn-çocuk etkileşimi kalıplarının değıştiği düşünölmektedir. Bu değışimler, ebeveyn-ergen ikilisinde meydana gelen tüm değışikliklere işaret eden ergenlik döneminde ortaya çıkan artan çatışmada görölmektedir. Bireyselleşme süreci hala önemli görölse de bu kavramsallaştırma ebeveynler ve ergenler arasındaki ilişkinin kalitesine daha fazla vurgu yapar ve ergen özerklik gelişiminin duyarlı ve

destekleyici ebeveynlikle kolaylaştırıldığını varsaymaktadır. Sağlıklı ailelerde ebeveyn-ergen ilişkisi dönüşüme uğrar ama kopma olmamaktadır.

Kısaca bağlanma stiline erken çocukluk döneminde başlaması hayatın ilerleyen dönemlerinde de etkisini sürdürdüğünden dolayı birey olma yolunda olan ergenlerin ilk bağlanma ilişkisinin bu süreci etkilediği bilinmektedir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Zimmermann, 2004: 138).

2.2.5.3. Yetişkinlik Döneminde Bağlanma

1980'li yıllarda bağlanma stiline yetişkinler üzerinde olan etkileri incelenmeye başlamıştır. Yapılan araştırmalar çocukluk döneminde geçirilmiş olan bağlanmanın yaşamın ilerleyen dönemlerinde bireyin yetişkinlikte geçireceği duygusal ve cinsel ilişkilerine olan etkisini incelemiştir (Hazan ve Shaver, 1987: 22). Yetişkinlikte bağlanmaya yönelik yapılan ilk araştırma Main, Kaplan ve Cassidy (1985) tarafından gerçekleştirilmiştir. Geliştirilmiş oldukları bir ölçek sayesinde Ainsworth'un (1978) yapmış olduğu çalışma ışığında gerçekleştirmişler ve çocuklukta güvenli bağlanan bireylerin geçmişe yönelik hatırlama yaptıklarında güzel deneyimlerini daha çok anımsadıklarını ileri sürmüşlerdir. Kaçınan bağlanma stiline sahip olan bireylerin ise geçmiş yaşama dair güzel ve özel anılarını anımsamakta zorlandıkları ifade edilmiştir (Morsümbül ve Çok, 2011: 558).

John Bowlby, birincil bakıcılarından ayrılmış çocukların yaşadığı yoğun sıkıntıyı açıklamanın bir yolu olarak bağlanma teorisini geliştirdi ve bebeklerin bir ebeveyninden ayrılmayı önlemek için olağanüstü çaba sarf ettiklerini gözlemlemiştir (Bowlby, 1982). O zamanlar geçerli olan teorilerin çoğu, bu tepkileri, taşıyıcı annelerin yeterli bakımın olmamasından veya birincil gıda kaynağının ortadan kaldırılmasından kaynaklandığını açıklamıştır. Ancak 1950'lere gelindiğinde bu açıklamalar yetersiz görünmeye başlamıştır. Yatılı kreşlerde ebeveynlerinden ayrılan çocuklar, bakım personelinin yeterli bakım almalarına rağmen sıkıntı yaşıyorlardı ve Harlow'un (1958) temas rahatlığı üzerine yaptığı araştırma, sevginin sevgiyi önermesiyle başlamıştır.

Bowlby (1982), ebeveynlerinden ayrılmış çocukların derin duygusal tepkilerini açıklamak için etoloji, bilişsel bilim ve kontrol sistemleri teorisinde ortaya çıkan fikirlerden yararlanmıştır. Bebeklerin bir bağlanma davranış sistemi ile doğduklarını öne sürmüş ve bebekleri destek ve koruma sağlayabilen diğerlerine (yani bağlanma

figürlerine) derin, duygusal bağlar kurmaya yönlendiren bir motivasyon sistemi olduğunu ileri sürmüştür. Böyle bir sistemin, beslenme, savunma veya kendilerine bakma yeteneği olmadan doğan insan bebekleri için uyarlanabilir olacağını savunmuştur.

Çoğu çocuk birincil bakıcılarına bağıllık geliştirse de bu bağlanmaların kalitesinde bireysel farklılıklar bulunmaktadır. Ainsworth ve meslektaşları (1978), bu fikri, standart bir şekilde bağlanmayı incelemek için bir laboratuvar paradigması olan garip durumu kullanarak resmileştirmişlerdir. Bu prosedürde, ebeveynler ve çocukları, stres seviyelerini kademeli olarak artırmak için tasarlanmış bir dizi bölüm boyunca birbirlerinden ayrılır ve yeniden bir araya gelmişlerdir. Garip bir durumda test edilen çocukların çoğu güvenli bir şekilde bağlanmaktadır. Kaybolan bakıcılarından ayrılma ve onları arama konusunda gözle görülür bir şekilde üzülmetedirler. Yeniden bir araya geldiklerinde, ebeveynleri ile iletişim kurmaya çalışırlar ve kolayca yatışırlar. Bununla birlikte, tüm çocuklar güvenli bir şekilde davranmamaktadır. Kaçınan olarak etiketlenen bazı çocuklar, ayrılık üzerine net sıkıntı sinyalleri vermeyebilir ve tekrar bir araya geldiklerinde, genellikle bakıcılarla fiziksel temas kurmaktan kaçınırlar. Kaygılı-dirençli olarak etiketlenen diğer çocuklar, ayrılık sırasında sıkıntı yaşarlar, tekrar bir araya geldiklerinde bakıcılarından temas ararlar, ancak kolayca yatıştırılamazlar. Bakıcıdan teselli arama çabalarına rağmen, öfke ve direnç belirtileri gösterirler. Bu bağlanma kalıplarının, çocukların bakım deneyimlerinin bir fonksiyonu olarak oluşturdukları zihinsel temsillerin veya çalışan modellerin bir fonksiyonu olduğu düşünülmektedir (Van IJzendoorn ve De Wolff 1997: 605).

Bağlanma üzerine yapılan erken araştırmaların çoğu, yalnızca bebek-bakıcı ilişkilerine odaklanmıştır. Bu odak, 1980'lerde, sosyal ve kişilik psikolojisi araştırmacıları, bağlanmanın yetişkin psikolojik işleyişi üzerindeki etkilerini düşünmeye başladıkça değişmeye başlamıştır. Örneğin, Hazan ve Shaver (1987), romantik aşkın kısmen bağlanma sisteminin bir tezahürü olduğunu savunmuştur. Bebek-ebeveyn ilişkileri ve romantik ilişkiler arasında, diğerine fiziksel yakınlık içinde olma arzusu da dahil olmak üzere bir dizi paralellik gözlemlenmiştir; sıkıntılı, korkmuş veya hasta olduğunda diğerini aramak ve diğerini dünyayı keşfetmek için güvenli bir üs olarak kullanmaktadır. Hazan ve Shaver, bağlanma davranış sisteminin çocuklar geliştikçe

uykuda kalmadığını savunmuşlar ve bunun yerine, yetişkin ilişkilerinde çift bağı kolaylaştırmak için birlikte seçilmişlerdir.

Hazan ve Shaver (1987) ve Ainsworth (1978), bu garip durumda yetişkinlerin romantik ilişkiler hakkında düşünme ve yaklaşma biçimlerinde paralel farklılıklar gözlemlemişlerdir. Ainsworth ve arkadaşlarının bağlanma modellerinin yetişkin analoglarına dokunmak için tasarlanmış bir öz-bildirim ölçüsü kullanarak, yetişkinlerin çoğunun romantik ilişkilerinde nispeten güvenli olduğunu öne sürmüşlerdir. Güvenli yetişkinler, başkalarına açılma konusunda rahat olduklarını ve onlara bağımlı olduklarını ve ilişkilerinin uzun vadeli beklentileri hakkında endişelenmediklerini bildirmişlerdir. Diğer yetişkinler ilişkilerinde güvensiz olduklarını, yani partnerlerine bağımlı olmaktan rahatsız olduklarını veya partnerlerinin arzu ettikleri kadar duyarlı olmadıklarından endişe ettiklerini bildirmektedirler. Modern araştırmalarda, bağlanma örüntüleri veya bağlanma tarzlarındaki bireysel farklılıklar, genellikle bağlanma kaygısı ve bağlanmadan kaçınma ile tanımlanan iki boyutlu bir alanda temsil edilmektedir.

Sosyal ve kişilik geleneğindeki çalışmanın kökenleri romantik ilişkileri anlama girişimlerinde bulunsa da kapsamı daha genel olarak yetişkinlikteki psikolojik işleyişi içerecek şekilde genişlemiştir. Bağlanma teorisi şu anda sosyal ve kişilik psikolojisinde kişilerarası işleyişi, ilişkileri, refahı ve kişilik gelişimini anlamak için önde gelen teorik çerçevelerden biridir (Fraley ve Shaver, 2018).

Erken çocukluk dönemi ve ergenlik dönemindeki bağlanma ile yetişkinlik dönemindeki bağlanma bazı noktalarda farklılık göstermektedir. Bebek, çocuk ve bakıcı arasında gelişen erken çocukluk dönemindeki bağlanma yetişkinlikte partnerler arasında gelişim göstermektedir (Bowlby, 1969; West ve Shelldon-Keller, 1994'den akt., Kesebir vd., 2011: 336). Bebek ve bakıcı arasında olan erken çocukluk dönemindeki bağlanma tek taraflı olarak bakıcının bebeğin ihtiyaçlarını karşılaması ile gerçekleşirken yetişkinlik döneminde olan bağlanmada ise eşlerin birbirlerinden beklentileri doğrultusunda karşılıklı olarak gelişim göstermektedir. Birbirine destek veren ve karşılıklı olan güven duygusunun geliştiği yetişkinlik döneminde olan bağlanmada eşler konum olarak eşit görünmektedirler. Fakat erken çocukluk döneminde durum farklıdır çünkü burada bebek bakıcının gereksinimlerini karşılayacak konumda değildir. Yetişkinlik döneminde bağlanma yaşayan partnerlerin

yaşları birbiri ile yakınlık göstermektedir ve aralarında cinsel bir ilişki de bulunmaktadır (Hazan ve Shaver, 1994: 22).

Yetişkinlik dönemi ile erken çocukluk döneminde yaşanan bağlanmanın ortak noktası güven duygusunu hissetmeleridir. Erken çocuklukta bebek bakıcısı tarafından ihtiyaçları karşılandığında ve ona ulaşabilir olduğunda kendisini güvende hisseder aynı şekilde yetişkin bireylerde birbirlerinin yanında olduklarında ve ihtiyaçlarını karşıladıklarında güven duymaktadırlar (Bartholomew, 1997: 138).

2.2.6. Bağlanma ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Deniz (2006) tarafından yapılan çalışmada; çocukluk döneminde yaşanan istismara maruz kalma ve kişinin utanç ve suçluluk duyguları ile ergenlik döneminde olan bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan araştırma 556 ergen birey üzerinde gerçekleştirilmiştir. Yapılan araştırmadan elde edilen verilere göre ergen bireylerde utanç duygusu ve korkulu bağlanma stili arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunurken, utanç duygusu ve güvenli bağlanma stili arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Bunun dışında yapılan araştırmada saplantılı bağlanma stili ile çocuk istismarı arasında da pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu ortaya konulmuştur. Suçluluk duygusu ve bağlanma stilleri arasında anlamlı yönde bir ilişki olmadığı ifade edilmiştir.

Keskin ve Çam (2008) tarafından yapılan çalışmada; ebeveynlerin tutumları ve ruhsal durumları ile ergen bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada 11-15 yaş aralığında olan 384 ergen birey yer almıştır. Yapılan çalışmadan elde edilen verilere göre, dikkat eksikliği, duygusal belirtiler, yaşlılarla sorun yaşama ve hiperaktivite durumları ile güvenli bağlanma stili arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Duygusal belirti ve korkulu bağlanma stiline pozitif yönlü bir ilişkide olduğu ortaya konulmuştur. Çalışmadan elde edilen diğer veriler ise, dikkat eksikliği, hiperaktivite ve duygusal belirti ile saplantılı bağlanma stiline pozitif yönlü bir ilişkide olduğu ifade edilmiştir. Korkulu bağlanma stili ile baskı ve disiplin alt boyutunun yetiştirme tutum ölçeğine göre aralarında pozitif yönde bir ilişki olduğu ileri sürülmüştür. Bunun yanında saplantılı bağlanma stili ile demokratik ebeveyn tutumu ve aşırı annelik arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Şahin ve Sürücü (2009) bağlanma stilleri ve kimlik statüleri ile yetiştirme yurdunda kalan ya da ailesi ile yaşayan ergen bireyler arasındaki ilişkiyi incelemek için çalışma

gerçekleştirmiştir. Çalışmaya yetiştirme yurdunda kalan yaşları 15-18 arasında olan 151 ergen birey ile ailesi ile birlikte yaşayan yaşları 15-18 arasında olan 242 ergen birey katılmıştır. Yapılan çalışmadan elde edilen verilere göre, yaş ve cinsiyet faktörü ergenlerin bağlanma stillerini farklılaştırmaktadır. Buna bağlı olarak güvenli bağlanma stilinde erkeklerin puanı kızların puanlarından daha yüksek çıkmıştır. Ailesi ve yetiştirme yurdunda kalanların cinsiyet farklılıklar ayrı ayrı değerlendirmeye alındığında güvenli bağlanma stili puanları erkeklerin puanının kızlardan daha yüksek ve anlamlı şekilde çıktığı ortaya konulmuştur. Bağlanma stili puanları yaş açısından incelendiğinde 15 yaşında olan ergen bireylerin 16-18 yaş aralığında olan ergen bireylerin kayıtsız bağlanma stili puanlarının daha düşük olduğu ortaya konulmuştur. Ayrıca aile ile birlikte yaşayan ergen bireylerin güvenli bağlanma stili puanları yetiştirme yurdunda yaşayan ergen bireylerin bağlanma stili puanlarından daha yüksek çıktığı ortaya konulmuştur. Bunun yanın korkulu bağlanma stili puanları yetiştirme yurdunda yaşayan ergenlerin ailesi ile yaşayan ergenlerin puanından daha yüksek çıkmıştır. Çalışmadan elde edilen verilere göre, kararsız kimlik statüsü ve güvenli bağlanma arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuş, kararsız kimlik statüsü ve saplantılı bağlanma arasında ise pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Şeker (2009) tarafından yapılan araştırmada bağlanma stilleri ile yaşam doyumları incelenmiştir. Yapılan çalışmada çok sayıda değişken kullanılmıştır. Bu değişkenler sınıf, kardeş sayısı, cinsiyet, doğum sırası, anne ve babanın eğitim durumu ile çalışma durumu, bakımını sağlayan kişi gibi değişkenler kullanılmıştır. Çalışma Niğde’de eğitim gören erkek sayısı 182 ve kız sayısı 220 olan toplamda 402 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, yaşam doyumları ve ergenlerin bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ortaya konulmuştur. Buna bağlı olarak lisedeki ergen bireylerin korkulu bağlanma stiline sahip olan ergen bireylerin yaşam doyumlarının düşük, güvenli bağlanma stilinde olan ergen bireylerin ise yaşam doyumlarının yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Güvenli ve saplantılı bağlanma stillerinde daha çok erkekler yer alırken korkulu bağlanma stilinde ise kızların yer aldığı görülmüştür. Annesi okur yazar olmayan ergen bireylerin annesi ilkökul seviyesinde olan ergen bireylere göre, 10. sınıfta olan öğrencilerin 9. Sınıfta olan ergen öğrencilere göre korkulu bağlanma stiline daha fazla sahip oldukları ortaya konulmuştur. Anne ve babanı çalışma ile eğitim durumu, kardeş sayısı ve doğum sırası ergenlerin bağlanma stillerine etki etmediği ortaya konulmuştur.

Akdağ (2011) tarafından yapılan çalışmaya göre, ebeveyn bağlanma stilleri ile ergen bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiş ve ergenlerin bağlanma stili üzerinde bağlanmaya etki eden faktörler incelenmiştir. Çalışma 12-17 yaş arasında olan 100 ergen bireyin Akdeniz Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı polikliniğe olan başvuru ile gerçekleşmiştir ve çalışmaya ergenlerin ebeveynleri de katılmıştır. Çalışmadan elde edilen verilere göre, anne bağlanma stili ve ergen bağlanma stili arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ifade edilmiştir. Fakat baba bağlanma stili ile ergen bağlanma stili arasında anlamlı yönde bir ilişkinin bulunmadığı ifade edilmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlarda korkulu bağlanma stiline bağlanma kızlarda erkeklerden daha yüksektir. Buna bağlı olarak çalışmanın bulguları arasında cinsel istismara maruz kalma ve kendine zarar verme ile korku bağlanma stili arasında bir ilişki olduğuna rastlanılmıştır.

Gündaş (2013) tarafından yapılan çalışmaya göre; belik kurgusu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki lisede bulunan ergenler üzerinde incelenmiştir. Çalışmada kız sayısı 376 erkek sayısı 386 olan toplamda 764 Diyarbakır'da bulunan liselerdeki ergen öğrenciler yer almaktadır. Çalışma sonucunda kızların güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma stillerinin daha yüksek çıktığı belirtilmiştir. Bunun yanında erkeklerin ise bağlanma stillerine sahip olmalarının yüksek olduğu ifade edilmiştir. Cinsiyete göre bakılan kayıtsız bağlanma stiline sahip olma arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Kardeş sayısı ergenlerin bağlanma stiline etki etmemektedir. Ergenlerin psikolojik bağlanma seviyeleri ve bağlanma stilleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı ortaya konmuştur.

Çapri ve Sönmez (2013) tarafından yapılan çalışmaya göre; lisede yer alan ergen öğrencilerin psikolojik belirtileri ve tükenmişlik duyguları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada sosyodemografik değişkenle kullanılmıştır. Kız sayısı 649, erkek sayısı 611 olan toplamda 1260 öğrenci çalışmada yer almıştır. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, tükenme, depresyon, duyarsızlaşma ve kaygı belirtileri ile kayıtsız saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Aykol (2015) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergenlerin kendilerine zarar verme ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada kız sayısı 29, erkek sayısı 26 olan toplamda 55 ve yaşları 14-18 arasında olan ergen bireyler yer almıştır. Çalışmada kendisine en az bir kez zarar vermiş olan okuma yazması olan kişiler

kendine zarar verme davranışı içerisinde yer almaktadırlar. Çalışmadan elde edilen sonuca göre, kendine zarar veren ve vermeyen ergen bireylerin ebeveynleri ile bağlanma stilleri arasında bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır. Buna neden olan ise örneklemin küçük olması olarak ifade edilmiştir.

Gazioğlu (2015) tarafından yapılan çalışmada; algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve kişilik özellikleri ile ergenlerin başka çıkmada kullandıkları bağlanma stratejileri arasında olan ilişki incelenmiştir. Çalışmada kız sayısı 396, erkek sayısı 324 olmak üzere toplamda 720 öğrenci yer almaktadır. Güvenli bağlanma düzeyleri kızların erkekler göre daha yüksek olduğu ortaya konmuştur. Korkulu bağlanma düzeyleri ise erkeklerde kızlara göre daha yüksektir.

Bindal (2018) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergenlerin psikolojik sağlık seviyeleri ve çocuklu travmaları ile ergen bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma tarama modeli ile nicel bir çalışma olarak yürütülmüştür. Çalışmada 9. ve 10. sınıfta olan 453 öğrenci yer almıştır. Çalışmadan elde edilen sonuca göre, psikolojik sağlık ve çocukluk travmaları arasında negatif yönlü bir ilişki bulunurken, çocukluk travmaları ve bağlanma ile pozitif yönlü bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Ekeh (2012) tarafından yapılan çalışmada erken çocuklukta çocukların bağlanma stilleri, akademik başarıları ve sosyal yetkinlikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada 3-5 yaş aralığında anaokulu öğrencilerinden tesadüfi örnekleme yöntemiyle 280 öğrenci seçilmiştir. Çalışma sonucunda güvenli bağlanan öğrencilerin güvensiz bağlananlara göre akademik başarılarının daha yüksek olduğu ve sosyal açıdan daha yetkin oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Güvenli ve güvensiz bağlanan öğrencilerin akademik başarı ve sosyal yetkinlik açısından aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır.

Steuber (2005) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde bağlanma stilleri, çatışma ve ilişki doyumlarını ölçmüştür. Çalışmanın örneklemini lisans eğitimine devam etmekte olan 321 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışma sonucunda kaçınan bağlanma stiline sahip bireylerin düşmanca ilişki ve çatışma içinde olmalarının diğer bağlanma stiline sahip bireylere göre daha yüksek olasılıkta olduğu belirtilmektedir. Ayrıca kaçınma ve düşmanca davranış sergilemenin ilişki doyumunu düşürdüğü görülmektedir.

Wilkinson ve Walford (2001), ergenler üzerinde yaptıkları çalışmada bağlanmanın psikolojik sağlığa etkisini incelemişlerdir. Çalışma sonucunda ebeveyni ile güvenli bağlanma geliştiren ergenlerin psikolojik sağlıklarının da iyi seviyede olduğu görülmüştür.

Weimer, Kerns ve Oldenburg (2004) ergenlerin bağlanma stilleri ile arkadaşlık etkileşimleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya aynı cinsiyetten 44 çift ergen katılmıştır. Çalışma sonucunda güvenli bağlanma stiline sahip arkadaş çiftlerinin arkadaşlık kalitelerinin diğerlerine (kayıtsız ve korkulu) göre daha kaliteli arkadaşlık ilişkileri geliştirdikleri görülmüştür. Korkulu veya kayıtsız bağlanma stiline sahip çiftlerin yakınlık aramaktan kaçınmakta ve yüzeysel ilişkiler geliştirmekte oldukları belirtilmiştir.

Karavasilis, Doyle ve Markiewicz (2003) tarafından yapılan çalışmada ergenlerin bağlanma stilleri ile anne baba tutumları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonucunda güvenli bağlanma stili ile otoriter ebeveynlik arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Ebeveynin ihmalkâr davranışlar sergilemesinin kaçınan bağlanmayı yordadığı görülmüştür.

Perrine (1998) üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile algılanan stres düzeyleri ve okul devamlılığı üzerine yaptığı çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip öğrencilerin daha düşük düzeyde stres algıladıkları sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca güvensiz bağlanma stiline sahip öğrencilerin okulu bırakma oranlarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Seiffe-Krenke ve Beyers (2005) tarafından yapılan boylamsal çalışma ergenlikten genç yetişkinliğe kadar olan dönemde bireyin stresle başa çıkma tutumları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma grubu 112 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların 14 yaşından 21 yaşına kadar olan süreçte beş ayrı zamanda zihinsel durumları değerlendirildi. Çalışma sonucunda güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin her dönemde stresle etkili bir şekilde baş edebildikleri, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin ise sıklıkla geri çekilme davranışı gösterdikleri gözlemlenmiştir.

Shin, Kim ve Jang (2011) internet ve alkol bağımlılığı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışmaya 141 erkek katılmıştır. Çalışma sonucuna göre

kaygılı bağlanmanın depresyon ve alkol bağımlılığını yordadığı görülmüştür. Ayrıca internet bağımlılığı ile hem kaygılı hem de kaçınan bağlanma stili ilişkili bulunmuştur. Howard ve Medway (2004) ergenlerin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma durumlarını incelemişlerdir. Çalışmaya 75 ergen-ebeveyn çifti katılmıştır. Çalışma sonunda güvenli bağlanma stiline sahip kişilerin stresle başa çıkmada aile içi destek almaktan kaçınmadığı, alkol ve uyuşturucu gibi olumsuz davranışlardan uzak durduğu sonucuna ulaşılmıştır. Güvensiz bağlanma stiline sahip kişilerin stresle karşılaştıklarında alkol ve uyuşturucu kullanma gibi davranışlarda buldukları belirtilmiştir.

Freeman ve Brown (2001) ergenlik döneminde ebeveyn ve akranlara bağlanmayı incelemişlerdir. Katılımcılardan birincil bağlanma figürlerini göstererek, anne-baba, en iyi arkadaş, kız/erkek arkadaşlarından aldıkları bağlanma desteği düzeylerini derecelendirmeleri istenmiştir. Çalışma sonucunda güvenli bağlanma stiline sahip ergenlerin, annelerini en iyi arkadaş, erkek/kız arkadaş ya da babaya tercih ettikleri görüldü. Güvensiz bağlanan ergenlerin ise birincil bağlanma figürü olarak en iyi arkadaş ya da erkek/kız arkadaşlarını tercih ettikleri gözlemlenmiştir.

2.3. Stres

Stres, 14. yüzyılda sözlüklerde zorluk, sıkıntı ve kötü şans anlamına gelmekteydi (Demirci vd., 2013). Aynı şekilde 17. yüzyılda afet, musibet, hüzn gibi anlamlarda kullanılırken 18. ve 19. yüzyılda anlamı değişerek nesneye, bireye, organizmaya ve ruhsal yapıya baskı olarak kullanılmıştır. Bu nedenle stres, bu tür güçlerin etkisi ile nesnelerin veya bireylerin deformasyonuna ve bozulmasına karşı bir direnç olarak ifade edilmeye başlamıştır. (Altuntaş, 2003).

Stres terimi ilk olarak fizikte kullanılmış daha sonra biyoloji, psikoloji, tıp ve biyokimya gibi farklı açılardan açıklanmıştır. Sınırsız iş stresi yapılmasına rağmen ortak bir stres tanımı yapılamamıştır (Seaward, 2017: 166). Örneğin, Richlin-Klonsky ve Hoe (2003) stresi, insanların çevreye uyumunu zorlaştıran içsel veya dışsal değişiklikler olarak tanımlamaktadır. Benzer şekilde, Holmes ve Rahe (1967) bunu olağan davranışların değiştirilmesini gerektiren dış ve iç talepler olarak tanımlamaktadır.

Lazarus ve Folkman (1985), stresin bireyin kapasitesini aşan talepler ve kaynaklar arasındaki dengesizlik olduğunu iddia etmektedir. Bireyin çevresel taleplere karşı

yetersizlik duygusunun bir sonucu olarak ortaya çıkan kaygı ve zorlanma hali olarak ifade edilmiştir (Paksoy, 1986). Dolayısıyla stresin insanların algılarından kaynaklandığı söylenmektedir. Bu tanımlardan da anlaşılacağı üzere stres çoğu kişi tarafından olumsuz bir kavram olarak bilinmekte ve aynı zamanda kaygı, hüsrana ve çatışma gibi bazı terimlerle karıştırılmaktadır. Büyük olasılıkla bu yakınsama nedeniyle stres yerine kullanılanlar ancak gerçekte farklı anlamlara sahip olduğu bilinmektedir (Sinha ve Sharma, 2009: 12). Genellikle stres yerine kullanılan ilk kavram kaygıdır. Stranks'a (2005) göre "kaygı, endişe, yorgunluk, güvensizlik ve sürekli güvence ihtiyacı ile birleşen bir gerilim halidir" olarak tanımlanmaktadır. Bireylerde bazı kaygı belirtileri vardır. Bunlar aşırı terleme, nefes almada zorluk, mide rahatsızlıkları, hızlı kalp atışı, sık idrara çıkma, kas gerginliği veya yüksek tansiyon olarak ifade edilmiştir (Stranks, 2005: 13). Stres ve kaygı arasındaki fark, stresin çevresel bir olay, durum ya da zihinsel kaygı olmamasıdır. Aksine, bu şeylere bir tepkidir, bu yüzden Allen (1983) "onu tetikleyen ajanlarla eşit tutulmaması gerektiğini" iddia etmektedir. Kaygı düzeyi, stresin yoğunluğuna bağlıdır. Ailesinde anksiyete, bozukluk sorunu ve nevrotik hastalığı olan bireyler daha yüksek risk altındadır (Altuntaş, 2003). Diğer terim, bazen stresin yerini alma eğiliminde olan hayal kırıklığıdır. Amaçlara ulaşamama veya başkaları tarafından kısıtlanma ile ilgilidir. Bireylerin çevresinden veya bireylerin kendilerinden kaynaklanmaktadır. Örneğin bir kişi şarkıcı olmak istiyor ama sesi güzel değilse, hayal kırıklığının kaynağı içsel hayal kırıklığıdır; ancak bir kişi lider olmak istiyorsa ancak çevresi tarafından seçilmemişse bu dışsal bir hayal kırıklığıdır. Stres her zaman devam etse de bireyler amaçlarına ulaştığında ortadan kalkmaktadır (Öztemiz, 2004: 19). Genellikle stres yerine kullanılan bir diğer kavram ise çatışmadır. Thomas (1992) çatışmayı, taraflardan birinin önlendiğini veya yakın bir gelecekte önleneceğini hissettiğinde ortaya çıkan bir süreç olarak tanımlamaktadır. Çatışmanın nedenleri sosyal, ekonomik ve organizasyon koşulları (aile, sosyal-kültürel çevre, yetersiz kaynaklar, amaç ve statü farklılığı, rol belirsizliği, yönetim tarzı ve değişime direnç) gibi ayrı gruplardır. Çatışma geçici olsa da stres kalıcıdır ancak her ikisi de bireyler üzerinde baskı ve gerilime neden olur. Ayrıca çatışma, uzmanlığı kullanma becerisi ve mesleki gelişim için kapsam eksikliği açısından hayal kırıklığına yol açmaktadır (Pettinger, 2002: 15; Karcıoğlu ve Yakupoğulları, 2001: 231).

Aslında çoğu kişi tarafından olumsuz bir kavram olarak bilinse de belirli bir stres düzeyi insanlar için fayda sağlamaktadır. Birkök, stresin olumlu yanının seviyesiyle ilgili olduğunu, orta düzeydeki stresin sağlık, motivasyon ve hareketin dengeli olması anlamına geldiğini vurgulamaktadır. Çünkü çok az stres çaba ve güdü olmadığı anlamına gelirken, aşırı stres aşırı çaba ve çok az tatmin olduğunu göstermektedir (Birkök, 2000: 25). Patel (1996) bir örnek vererek “Doğru dengeyi bulmak bir müzik aletinin tellerini ayarlamak gibidir: çok gevşerse nağme bozulur, çok sıkılırsa teller kırılır” şeklinde ifade etmektedir.

Mararcine (2010) “stres, vücudun herhangi bir talebe spesifik olmayan tepkisidir”. Stresten etkilenen herkesin bu stresörlere karşı bazı tepkiler gösterdiği bir gerçektir. Allen (1983), olumlu ya da olumsuz tüm stresörlerin insan vücudunda bazı değişiklikler yarattığını ancak vücudun aynı şekilde tepki gösterdiğini belirtmektedir. Selye, insanların tepkilerine, tepkilerin kronolojik gelişimi anlamına gelen genel uyum sendromu adı verildiğini belirtmektedir. Alarm, direnç ve tükenme aşaması olmak üzere üç aşamadan oluşmaktadır (Selye, 1976: 54; Lazarus ve Folkman, 1985: 29).

Alarm aşamasında vücut, solunum ve tansiyon artışı, midriyazis ve kas gevşemesi gibi tepkiler göstermektedir (Öztemiz 2004: 19; Selye 1975: 54). Bu aşamada kişi şok ve antişok evrelerinden geçer ve şok ile organizmanın aktivitesinde olağandışı bir azalma ve hasar meydana gelir ve bu hasarlar azalır ve ayrıca antişok ile sorunlar çözülmektedir. Stresör çok güçlüyse, alarm tepkisi sırasında birey ölebilir (Tusak vd., 2008: 40). İkinci aşamada stresöre maruz kalma devam eder ve birey eskisinden daha fazla direnç göstermeye başlamaktadır. Ayrıca alarm reaksiyonu belirtileri azalır veya kaybolur ve adaptasyon başlamaktadır. Kalp atışı, gerginlik ve solunum düzelir ve kas gerginliği azalmaktadır (Tusak vd., 2008: 40). Tükenme aşamasında alarm tepkisi belirtileri yeniden ortaya çıkar ve stresöre uyum sona ermektedir (Selye, 1975: 55). Yani insan vücudunun direnç ve savunma mekanizmasının morali düşer ve bu süreçte sağlık ve verimlilikle ilgili bazı olumsuz sonuçlar ortaya çıkmaktadır (Öztemiz, 2004: 19). Bu aşamanın haftalar, aylar hatta yıllar gibi uzun süreler boyunca devam etmesi nedeniyle tükenmişlik olarak nitelendirildiği vurgulanmaktadır. Bu süreçteki zorlanmanın bir sonucu olarak, bireylerin enerjisi tükenir ve tek çare dinlenmek, uyumak ve hiçbir şey yapmamaktır (Ward ve Abbey, 2005: 20).

2.3.1. Stres Belirtileri

Stres belirtileri genel anlamda psikolojik ve fizyolojik olarak sınıflandırılmıştır (Aydın, 2005: 25). Bu belirtiler bireyin kendinde olan belirtiler, başkalarında olan belirtiler ve grup içerisinde olan belirtiler olarak sınıflandırılmıştır (Tarhan, 2013: 18-19). Bunun yanında zihinsel, fiziksel, davranışsal ve duygusal olarak da incelenmektedir (Kavas, 2013:146).

Stres belirtileri ve strese neden olan belirtilerin sınıflandırılması arttırılabilir ancak genel olarak stres belirtileri şu şekilde ifade edilmektedir (Köknel, 1993: 272-285; Tarhan, 2013: 18-20; Baltaş ve Baltaş, 2012: 31-32).

Genel huzursuzluk hali, duygusal açıdan dengesiz olma, çöküntü hali, ağlama, saldırganlaşma, yetersiz hissetme, kendini küçük görme, karamsarlık, aşırı güven veya güvensizlik ve eleştirilere aşırı duyarlı hale gelme durumları stresin zihinsel belirtilerine örnek olarak gösterilebilir. Ayrıca alışılmış davranışların dışına çıkma, dış gıcırdatma, uykuda konuşma, iştah bozukluğu, ağız kuruluğu, sırt ve göğüste ağrı, aşırı terleme, çarpıntı, baş ağrısı, kusma, mide bulantısı stresin fiziksel belirtilerindedir. Sigara ve alkol kullanımının artması, yersiz tartışmalara girme, çocuksu hareketlerde bulunma, hastalık veya genel sağlık durumu hakkında şikâyette bulunmak stresin davranışsal belirtilerinden bazılarıdır.

2.3.2. Fizyolojik ve Psikolojik Açıdan Stres

Bireylerde fizyolojik ve psikolojik olarak organizmanın tehdit ile karşılaşması sonucunda olaylar yaşanmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 23).

Organizmada ortaya çıkan işlev ile alakalı olan değişmeler vücudun tehdit olarak algıladığı etkenlere bağlı olarak oluşmaktadır ve zararlı tehdit eden etkenlere karşı organizmada bir tepki zinciri oluşmaktadır (Morgan, 1993: 98; Atkinson vd., 2010: 498). Buna bağlı olarak tehlike karşısında ortaya çıkan cevap “savaş ya da kaç” şeklinde ifade edilmektedir.

Sistemdeki işlevin değişmesi ve tepkinin ortaya çıkmasında beyin kabuğu, ağsı yapı, limbik, diencefal ve hipotalamus etkili olmaktadır. Bitkisel sinir yapısı, iç salgı bezleri ve bağışıklık sisteminde değişikliklerin yaşanması sistemdeki işlevlerin değişmesi ile meydana gelmektedir (Morgan, 1993: 98).

Yaşanan bu değişikliklere bağlı olarak vücutta şunlar değişikliklerin yaşanmasına neden olmaktadır (Tarhan, 2013: 67; Baltaş ve Baltaş, 2012: 26- 27):

- Organizma tarafından sağlanan oksijen ve solunum miktarı artar,
- Kan basıncında yükselme yaşanır ve kalp atışı hızlanmaktadır,
- Metabolizmada çalışma yoğunluğu artar,
- Sindirim sistemi yavaşlayarak durur,
- Kanın pıhtı mekanizması faal duruma gelmektedir,
- Beyin ritminde hızlanma yaşanır,
- Oksijen ve şeker seviyesinde olan artış ile kaslara uyarı gitmektedir,
- Göz bebeklerinde büyüme olur,
- Duyumlarda artış yaşanır,
- Bağışıklık sisteminin uyarılması ile birlikte savunma hücreleri ortaya çıkmaktadır,
- Hipofiz bezi uyarılmaktadır
- Bahsedilen bu tepkilerin oluşması sonucunda tıp biliminde stres vericiliğinden bahsedilmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2012: 26).

Fizyolojik açıdan bakıldığında stres üç dönemden oluşan bir süreçten geçmektedir (Cüceloğlu, 2006: 321). Bu süreçler genel uyum belirtisi olarak adlandırılmaktadır ve sürecin ilk aşaması olan alarm tepkisinde dış uyarıcılar canlı tarafından stres olarak algılanmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 26). Bu dönemde otonom sinir sistemi etkin durumdadır ve buna bağlı olarak da salgı bezlerinde olan uyarılma ile birlikte kana adrenalin pompalamaktadır. Vücutta salgıların oluşması sonucunda vücut alarm durumuna geçer ve yaşanacak olan acil durumlar karşısında mücadele etmeye hazır hale gelir (Cüceloğlu, 2006: 321).

İkinci dönem olarak direnç döneminin yaşanmasında stresin devam etmesi etkili olmaktadır (Cüceloğlu, 2006: 321). Vücudun ortaya koymuş olduğu direnç seviyesi bu dönemde normal seviyenin üzerine çıkmaktadır. Fakat bu dönemde uyum sağlama

ve oluşan stresten kaçmak zorunda olduğundan dolayı yaşanan diğer stresler karşısında direnç seviyesi düşmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2012: 26-27).

Üçüncü dönem olan tükenme döneminde ise stres çok ciddi boyuta ulaşmıştır. Burada vücudun stresle baş etmesi dayanılamayacak noktaya gelerek direnç kaybedilir. Bu dönemde hastalıkların ortaya çıkması açık hale gelmektedir ve bazı durumlarda ölüm bile yaşanmaktadır (Cüceloğlu, 2006: 321).

Bireylerin zihin dünyalarında yaşamış olduğu durumlara bağlı olarak psikolojik stres yaşanmaktadır. Buna bağlı olarak kişide strese neden olan olaylar incelenirken kişinin psikolojik durumu da incelemeye alınmalıdır. Stresin ne olduğu değil kişinin bu stres yaratan olaya karşı vermiş olduğu tepki önem teşkil etmektedir (Baltaş ve Baltaş, 2012: 32). Kişilerde strese neden olan olaylar bazen fiziksel ve psikolojik açıdan derin yaralar açsa da bazı kişilerde bu durum hiç hissedilmemektedir (Atkinson vd., 2010: 489).

İnsanda oluşacak olan psikolojik stresin belirlenmesinde etkili olan faktörler bulunmaktadır (Atkinson vd., 2010: 489):

- Kişinin içinde bulunduğu stres halini tehdit olarak görüp görmemesi,
- Algısal olarak değerlendirme,
- Zihinsel kapasite,
- Zihinsel süreç sonunda ortaya çıkan duygu durumları,
- Kişiliğe bağlı olan eğilimler (normallik, nevrotik yapı, içe ya da dışa dönük kişilik).

Kişinin oluşan stres karşısında strese neden olan durum karşısındaki algısı ve stres karşısında göstermiş olduğu tepkiler son derece önem teşkil etmektedir (Tokur, 2011: 15). Kişide strese neden olan asıl durum kişinin strese karşı vermiş olduğu tepki, kendinden kaynaklı içgüdüsel olarak stresi oluşturan çevresel faktörler etkili olmaktadır. Kısacası bireyin içinde bulunduğu psikolojiden kaynaklı olarak meydana gelecek olan stres durumlarının yaşanmasından önce hep kötü şeyleri düşünmesi, kaygı düzeyinin yüksek olması, karamsarlığa kapılması ve bireyin içinde bulunduğu çevreye bağlı olarak kötümser düşünceler sonucunda iradesi dışında oluşan zihinsel algılar olarak ifade edilmektedir (Aydın ve İmamoğlu, 2001: 43).

2.3.3. Stresin Kaynakları

Stres kaynakları bireysel, örgütsel ve çevresel faktörler olmak üzere üç kısma ayrılmaktadır. Bireysel kaynaklar genellikle diğerlerinden daha etkilidir çünkü kişilerin olaylara ilişkin duyuları ve yorumları stres gelişiminde etkin rol oynamaktadır. Olumlu ve iyimser insanların yaşamlarında düşük düzeyde strese sahip oldukları ve stres yönetiminde oldukça başarılı oldukları bir gerçektir.

Bireysel stresörler daha çok bireyin stresörler hakkındaki algısı ve ayrıca kişisel yaşam olayları ile ilgilidir. Temel bireysel stresörler kişilik, yaş, cinsiyet, tanıdık ve finansal problemlerdir. Bunlar;

En önemli stresörlerden biri olan kişilik, genetik, kültür-toplum, öğrenme, kişisel seçim, bilinçdışı mekanizma ve bilişsel süreçlerin bir işlevi olarak tanımlanmaktadır (Hergenhahn, 1999: 10). Kişilik, bireylerin doğuştan ve çevrelerindeki sosyal faktörlerden kaynaklanan fizyolojik, bilişsel ve ruhsal özelliklerinin toplamıdır denilebilir. Dolayısıyla her birey farklı özellikler gösterir ve dışa dönük veya içe dönük bir kişiliğe sahiptir. Güçlü (2001) otokratik, duygusal, dışa dönük veya içe dönük bir kişiliğe sahip olmak veya olumsuzluğa karşı güçlü olmak gibi bazı özelliklerin stres yarattığını iddia etmektedir. Ahadi ve Narimani (2010) kişilik özellikleri ile eğitim stresi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma yapmışlardır. Sonuçlar, dışa dönüklük, vicdanlılık ve eğitim stresi arasında anlamlı bir negatif ilişki olduğunu, diğer yandan nevroz ve eğitim stresi arasında anlamlı bir pozitif ilişki olduğunu göstermiştir.

Yaş, insanlar için diğer bir stres kaynağıdır çünkü bireyler yaşlandıkça beden ve zihin üzerindeki kontrolleri azalır ve kendilerini daha yorgun, bitkin ve ölüme yakın hissederler (Soysal, 2009). Özellikle kadınlar menopozda, erkekler ise andropoz döneminde hormon değişiklikleriyle karşılaşarak dengeleri bozulmakta, hayal kırıklıkları, duygusal sorunlar gibi sorunlar yaşayabilmektedirler (Eren, 2010: 25).

Seks, özellikle erkek egemen toplumlarda önemli bir stres kaynağı haline gelmekte, bu nedenle kadın yöneticiler, bazı tanıdık problemler, cinsel önyargılar, çatışmayla ilgili sorumluluklar, örgüt kültürüne uygun olmama gibi nedenlerle işyerlerinde örgütsel strese daha fazla maruz kalmaktadır (Tutar, 2000: 38).

Ailede yaşanan ölümler veya boşanmalar, çocuklarla ilişkiler, aile içi hastalıklar gibi bazı problemlerin de etkisiyle insanlar iş ve ev hayatı arasında bir denge kuramadıklarında aşına olunan sorunlar stres yaratır. Özellikle hayatta karşılaştıkları

sorunları düşündüklerinde ve maddi ve manevi desteklerinin kendileri için yeterli olmadığını algıladıklarında ortaya çıkar (Marcintus, Berry ve Gordons, 2007: 88).

Finansal sorun, bireyleri olumsuz etkileyen bir olgudur. Özellikle finansal kırılganlıklar ve konjonktürel dalgalanmalar insanları endişeye sevk etmekte ve işyerlerinde sorunlar yaratmaktadır (Yüksel, 2014: 112).

2.3.4. Stresin Sonuçları

Psikolojik ve fiziksel olarak kişide rahatsızlığa ve gerilime stres neden olmaktadır (Aytaç, 2015: 3). Karşılaşılan bir olay ya da durum karşısında stres ortaya çıkmakta ve kişinin zihninde beliren savaş ya da kaç tepkisini vermektedir. Oluşan stres verilecek olan tepki stresin sonucunu oluşturmaktadır (Göksel ve Tomruk, 2016: 320).

Stres karşısında verilecek olan tepkiler normalden uzun sürdüğünde bu kronik hastalıklara yol açmaktadır. Yüksek tansiyon, baş ağrısı ve kalp hastalıkları gibi fiziksel olarak gerçekleştiği gibi psikolojik hastalıklara da neden olmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 30).

İnsanların boyutlarının tamamı birbiri ile bağlantılı haldedir. İnsan bir bütün sistemden oluştuğundan dolayı fiziksel olan rahatsızlıklar ruhsal etkilere neden olurken ruhsal yaşanan hastalıklar da fiziksel hastalıklara sebep olmaktadır. Buna bağlı olarak stres insanı beden ve ruh sağlığı açısından etkilediği için sonuçlarına bütünsel olarak bakılmalıdır (Altıntaş, 2003: 4).

Stresin sebep olduğu ruhsal etkiler sosyal ve davranışsal alanlara etki etmektedir. Dolayısıyla psikolojik, sosyal, davranışsal ve fizyolojik olarak stresin neden olduğu sonuçlar dört gruba ayrılmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 80).

2.3.4.1. Stresin Psikolojik Sonuçları

Çocuklarda ve ergenlerde en çok çalışılan stresörler şiddete, istismara (cinsel, fiziksel, duygusal veya ihmal) maruz kalma ve boşanma/evlilik çatışmasıdır (Cicchetti, 2005: 50). McMahon, (2003), ayrıca bu tür stres faktörlerinin psikolojik sonuçlarının mükemmel bir incelemesini sunmaktadır. Kötü muamelenin/istismarın psikolojik etkileri, duygulanımın düzensizliğini, kışkırtıcı davranışları, yakınlıktan kaçınmayı ve bağlanmadaki bozuklukları içermektedir (Lowenthal 1998: 68). Çocukluk çağı cinsel istismarından kurtulanlarda hem genel sıkıntı hem de kişilik bozuklukları da dahil olmak üzere majör psikolojik rahatsızlıklar daha yüksek düzeydedir (Polusny & Follett

1995: 70). Çocukluk çağı istismarı, öğrenmeye yönelik olumsuz görüşler ve düşük okul performansı ile de ilişkilidir (Lowenthal 1998). Boşanmış ebeveynlerin çocukları, akranlarına göre daha fazla antisosyal davranış, kaygı ve depresyon bildirmektedir (Short 2002: 57). Boşanmış ebeveynlerin yetişkin çocukları, ebeveynleri boşanmamış olanlara kıyasla daha fazla mevcut yaşam stresi, aile çatışması ve arkadaş desteği eksikliği bildirmektedir (Short 2002: 57). Tepki vermeyen ortamlara maruz kalmak da öğrenilmiş çaresizliğe yol açan bir stres etkeni olarak tanımlanmıştır (Peterson ve Seligman, 1984).

Yaşanan stres, anksiyete ve depresyon ilk depresif dönemlerin sıklıkla büyük bir olumsuz yaşam olayının ortaya çıkmasından sonra geliştiği iyi bilinmektedir (Paykel 2001: 5). Ayrıca, stresli yaşam olaylarının depresyonun başlamasına neden olduğuna dair kanıtlar vardır (Hammen 2005). Danimarka'da ilk psikiyatrik başvuruları depresyon teşhisi konan 13.006 hasta üzerinde yapılan bir araştırma, yaş ve cinsiyet açısından eşleştirilmiş kontrollere kıyasla daha yakın zamanda boşanmalar, işsizlik ve akraba intiharları bulmuştur (Kessing ve ark., 2003: 89). Büyük bir tıbbi hastalığın teşhisi sıklıkla ciddi bir yaşam stresi olarak kabul edilir ve sıklıkla yüksek depresyon oranları eşlik etmektedir (Cassem 1995: 5). Örneğin, bir meta-analiz, kanser hastalarının %24'ünün majör depresyon tanısı aldığını bulmuştur (McDaniel ve ark. 1995: 91).

Stresli yaşam olayları genellikle anksiyete bozukluklarından önce gelmektedir (Faravelli ve Pallanti 1989: 100). İlginç bir şekilde, uzun süreli takip çalışmaları, anksiyetenin depresyondan önce daha sık ortaya çıktığını göstermiştir (Angst ve Vollrath 1991: 450). Aslında ileriye dönük çalışmalarda, anksiyetesi olan hastaların stresli yaşam olayları meydana geldikten sonra majör depresyon geliştirmeleri daha olası bir durumdur (Brown vd., 1986: 12).

Sigara içmede artış, madde kullanımı, kazalar, uyku sorunları ve yeme bozuklukları gibi sağlıkla bağlantı sağlayabilecek stresin diğer sonuçları tespit edilmiştir. Daha stresli ortamlarda (boşanma oranlarının daha yüksek olduğu topluluklar, iş başarısızlıkları, doğal afetler vb.) yaşayan popülasyonlar daha yoğun sigara içer ve akciğer kanseri ve kronik obstrüktif akciğer hastalığından daha yüksek ölüm oranları yaşamaktadır (Colby vd., 1994). Bir donanma eğitim merkezindeki denizcileri izleyen boylamsal bir çalışma, yüksek stresli günlerde daha fazla sigara içildiğini bulmuştur (Conway vd., 1981: 68). Yaşam olayları stresi ve kronik stresli koşullarda

daha yüksek alkol tüketimi ile ilişkilendirilmiştir (Linsky vd., 1985). Ek olarak, anksiyete gibi stresle ilişkili bozukluklar için alkolün kendi kendine ilaç olarak kullanılabilmesi öne sürülmüştür. Örneğin, 3021 ergen ve genç yetişkin üzerinde yapılan ileriye dönük bir toplum araştırması (Zimmerman vd., 2003: 38), belirli anksiyete bozuklukları (sosyal fobi ve panik ataklar) olanların dört yıllık takip süresi boyunca ileriye dönük olarak madde kötüye kullanımı veya bağımlılığı geliştirme olasılığının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Stresli ortamlardaki yaşam aynı zamanda ölümcül kazalarla (Linsky ve Strauss 1986: 45) ve bulimianın başlamasıyla (Welch vd., 1997: 98) ilişkilendirilmiştir. Sağlıkla bağlantı sağlayabilecek stresle ilgili diğer bir değişken de psikolojik travma sonrası bildirilen artan uyku sorunlarıdır (Harvey vd., 2003: 378).

2.3.4.2. Stresin Sosyal ve Davranışsal Sonuçları

Stresin bireyler üzerinde neden olduğu etkiler birtakım sosyal ve davranışsal sonuçları da beraberinde getirmektedir (Güçlü, 2001: 91).

Stresin neden olduğu sonuçlar çoğalma yaşamakla beraber stresin sosyal sonuçları şu şekilde sıralanmaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 80):

- Kişinin ev ve iş hayatında çevresinde olan kişilerin azalması,
- Ailede ve toplum içerisinde sorumlulukların yerine getirilmesinde kendisini yetersiz görmesi,
- Evliliklerde yaşanan anlaşmazlıklar sonucunda boşanmanın meydana gelmesi,
- Arkadaş çevresinden uzaklaşarak kopma,
- Toplumsal olarak kurduğu ilişkilerde dışlanma ya da uzaklaşma olarak örneklendirilmektedir.

Stres bireylerin hal, hareket ve davranışlarına yansıtılarak dışarıdan gözlenebilen davranışlara neden olmaktadır (Tokur, 2011: 44).

Kişide strese bağlı olarak gerçekleşen bu davranışsal tepkiler iki aşamada sınıflandırılmaktadır. Bu sınıflama aktif ve pasif olarak ifade edilmektedir. Strese neden olan durumlarda aktif davranışlar vardır ve kişi burada oluşan strese karşı

savaşır ve onu yok etmek ister. Kaçınma davranışlarında bulunma ise pasif davranışları içermektedir (Kavas, 2013: 147).

Düzensiz beslenme, alkol, sigara ve uyuşturucu gibi maddelerin kullanımı pasif davranışın en belirgin özellikleri arasında yer almaktadır (Tokur, 2011: 44). Bunlara ek olarak fevri davranışlar, dikkat eksikliğine bağlı olarak kazaların yaşanması, duygusallıkta artış, saldırgan bir tutum içerisinde olma, aşırı yemek yeme, bedensel olarak sorunlarla uğraşma durumu strese bağlı olarak oluşan davranışsal sonuçlar arasında yer almaktadır (Baltaş ve Baltaş, 2012: 80).

2.3.4.3. Stresin Fizyolojik Sonuçları

Stres ile ilgili yapılan araştırmalardan görüldüğü üzere stresin yalnızca psikolojik olarak değil aynı zamanda fiziksel hastalıklara da neden olduğu ortaya konulmuştur (Batıgün vd., 2011: 246).

Kişinin stres ile baş başa kalması sonucunda oluşan tehdit ile birlikte yaşamış olduğu içsel tepkilere bağlı olarak vücutta bazı değişiklikler meydana gelmektedir. Vücut stres karşısında hemen bir çözümlenmesi ile vücutta oluşan tepkiler azalarak fizyolojik durumda normalleşme görülmektedir. Bu durum strese bağlı olarak oluşmaktadır ve eğer stres devam ederse içsel tepkilerin oluşumu da devam edecektir (Atkinson vd., 2010: 498).

Psikomatik bozukluklar ve hastalıkların oluşmasında fizyolojik kaynağı oluşturan strese bağlı olarak vücudu etkileyen davranışların meydana gelmesidir (Morgan, 1993: 98).

Yapılan araştırmalar sonucunda stres ve çaresizliğin kişinin bedeninde bağışıklık sisteminin bozulmasına ve buna bağlı olarak hastalıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Hovardaoğlu, 1997: 127). Özellikle kalp-damar, tansiyon, şeker hastalığı, mide ve cilt hastalıkları strese bağlı olarak oluşum göstermektedir (Batıgün vd., 2011: 246).

Yapılan araştırmalara bağlı olarak, stresin uzun sürmesi ile birlikte fiziksel sağlığa olumsuz etkilerde bulunmaktadır ve buna neden olan durum ise başa çıkma mekanizmaları olarak ifade edilmiştir. Bireyin başa çıkma konusunda yetersiz olması stres durumları ile karşılaştığında bu durumu kontrol etme gücünü azaltmakta ve buna bağlı olarak fiziksel rahatsızlık oluşmaktadır (Hovardaoğlu, 1997: 127-128).

2.3.5. Stres ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Özer (2001) tarafından yapılan çalışmaya göre; örneklem grubunda lise birinci ve ikinci sınıf öğrencilerine stres ile başka çıkma stratejilerinden benlik imajı ve kaçınma arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan çalışma sonucunda elde edilen verilere göre, kaçınma ve benlik imajı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya konulmuştur. Buna göre çalışmada ergen bireylerin ergenlik dönemlerinin son evresinde vermiş oldukları kararlarda tutarlı oldukları ve başarısız stratejileri kullandıkları görülmüştür. Çalışma neticesine göre, erkek öğrencilerin kız öğrencilere nazaran kaçınma stratejilerini ve sosyal destek aramayı daha az kullandıkları bildirilmiştir (Aydın,2008: 62).

Baykal (1996) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergenlik döneminde olan bireylerin stresle başa çıkma ile ruh sağlığı ve anne-baba tutumu arasında olan ilişki incelenmiştir. Yapılan araştırma 2409 erkek ve 2468 kız olmak üzere devlet liselerinin birinci sınıfında okuyan öğrenciler katılım sağlamıştır. Yapılan araştırma sonucunda elde edilen verilere göre, bireylerin stres ile etkili başa çıkma tarzları ve destek, tutarlılık ve sevgi gösteren anne ve baba tutumları arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Bunun yanında ruhsal semptomlar ve aktif kullanılan başa çıkmaz tarzlar arasında negatif yönlü bir ilişki varken, etkisi olmayan başa çıkma tarzları arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Çalışmaya katılım sağlayan öğrencilerin stres ile başa çıkma tarzları ve kişilik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Çalışma neticesinde problem çözme konusunda kız öğrencilere kıyasla erkek öğrencilerin problem çözmeye daha yakın olduğu bildirilmiştir (Aydın,2008: 63).

Doğan (1999) tarafından yapılan çalışmaya göre; belli değişkenlere göre stresle başa çıkma stratejileri incelenmiştir. Çalışma Başkent Üniversitesinde eğitim gören 1214 öğrencinin katılımı ile yapılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda elde edilen verilere göre; kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre sosyal destek arama boyutu ve problem çözme boyutunun daha yüksek olduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin Kaçınma boyutunun kız öğrencilere Kaçınma boyutuna göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Sosyal destek arama ve problem çözme stratejilerini olumlu benlik algısına sahip olan öğrencilerin daha fazla kullandıkları görülmüştür (Aydın,2008: 63).

Soric (1999) tarafından yapılan çalışmaya göre; sınav kaygısı ve stres ile başa çıkma davranışı arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, bireylerde sınavdan dolayı oluşan korkunun azalmasının mümkün olmadığı ve buna bağlı olarak da bireylerin kaygı durumlarında artış olduğu gözlemlenmiştir ve bu durumun bireyler tarafından kontrol altına alınmasının zor olduğu bildirilmiştir. Çalışma neticesinde, uzaklaşma davranışında kaygı durumunun artmasına bağlı olarak artış yaşandığı görülmüştür. Buna bağlı olarak bireylerin sınavdan dolayı kaygı durumları arttığında kendilerini farklı konulara yönelterek bu düşünceden uzaklaşmaya çalıştıkları görülmüştür. Bireylerin başarılı olmaya dair beklentisini sınavlara zorluk olarak bakmaları yükseltmektedir ve bunun da stres ile başa çıkmayı tetiklediği ifade edilmiştir. Bu çalışma sonucunda Soric bireylerin kişisel özelliklerinin ayrıyeten incelenmesi gerektiğini bildirmiş ve genelleme yapılmaması gerektiğini ifade etmiştir (aktaran, Oral, 2004: 77).

Timko, Michelson ve Moos (1993) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergenlik döneminde olan bireylerin stres verici koşulları incelenmiştir. Çalışmaya 259 ergen birey katılmış ve bu bireylerin bir yıllık süreçleri gözlem altına alınmıştır. Yapılan çalışmadan elde edilen verilere göre, bireylerin durumsal ve kişisel etkenleri ve kardeş, arkadaş, aile ve öğretmenleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ortaya konulmuştur. Bunun yanında çalışmada ergen bireylerin gelişim evrelerinde yaşamış oldukları değişim koşullarının bireylerin stres durumu açısından önem teşkil ettiği fark edilmiştir ve bu durumun stres konusu incelemelerinde dikkat edilmesi gereken bir husus olduğu bildirilmiştir.

Marcottle, Alain ve Gosselin (1999) tarafından çalışmaya göre; ergenlik döneminde olan bireylerin algılanan problem çözme ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan çalışma sonucunda elde edilen verilere göre, bireylerin algılanan problem çözme ve depresyon arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Çalışmada ergen bireylerde depresyon tanısı konan ve konmayan bireyler karşılaştırıldığında, depresyon tanı olan ergen bireylerin depresyon tanısı olmayan ergen bireylere nazaran güvensiz oldukları ve olumsuz yaşam olayları bildikleri ifade edilmiştir (Oral, 2004: 80).

Hoffman, Ushpiz ve Levy-Shiff (1993) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergen bireylerde stres ile başa çıkma ve uyum arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmaya ortaokula devam eden kız erkek öğrenciler katılım sağlamıştır. Yapılan çalışma iki

gruba ayrılmıştır ve ilk grupta kaygı, yaşamsal olaylar ve geri çekilmenin incelemesi yapılırken ikinci grupta saldırganlık durumu incelenmiştir. İlk grup çalışmasından elde edilen verilere göre, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha yüksek çıkmıştır ve erkek öğrenciler ile aralarında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. İkinci grup çalışmasında ise cinsiyete bağlı olarak bir farklılık olmadığı ortaya konulmuştur (Oral, 2004: 83).

Çiftçi (2002) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergen bireylerin stresleri ve bu stres ile başa çıkma yolları ile strese karşı dayanıklılıkları arasında olan ilişki incelenmiştir. Çalışmaya kız ve erkek ergen bireyler katılım sağlamıştır. Yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, kız ergen bireylerin erkek ergen bireylere göre kendilerini daha çok suçlu buldukları bildirilmiştir. Bunun yanında ergen bireylerin akademik başarıları, sosyo-ekonomik düzeyleri arttıkça strese karşı başa çıkma stratejilerini kullanmada artış olduğu görülmüştür. Ergen bireylerin cinsiyete göre strese dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı derecede bir farklılık olmadığı ortaya konulmuştur.

Gücüyeter (2003) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergen bireylerin yaşadıkları stres ve stresle başa çıkma strateji ile kendileri kabul etme düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonucunda ergen bireylerin kendileri kabul etme düzeylerinin artması ile sosyal destek arama ve problem çözme stratejilerini daha çok kullandıkları bildirilmiştir. Ergen bireylerin kendilerini kabul düzeylerinde olan düşme ile kaçınma stratejisini daha fazla kullandıkları tespit edilmiştir.

İkinci (2003) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergen bireylerde temel ihtiyaçların karşılanması ile stres davranışları arasında olan ilişki incelenmiştir. Çalışmasının sonucunda bireylerin ihtiyaçlarının karşılanmasının düzeyinde artış oldukça stresle başa çıkma konusunda dışsal yardım arama, bilişsel yapılandırma ve aktif plan yapma gibi stratejilerin kullanılmasında artış olduğu gözlemlenmiştir.

Basut (2004) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergen bireylerin suça yönelimde bulunan ve bulunmayanların stres durumları, stres ile başa çıkmaları ve kişilik örüntüleri incelenmiştir. Yapılan çalışmadan elde edilen verilere göre, suç işlemiş olan ergen bireylerin stres belirtilerinin yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir ve bu bireylerin etkili başa çıkma örüntüleri sergileyemedikleri saptanmıştır.

Oğul (2000) tarafından yapılan çalışmaya göre; stres ile başa çıkma stratejileri ve algılanan kontrol arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen verilere göre, problem odaklı stres ile başa çıkmanın daha fazla kullanılması algılanan kontrol düzeyinin yükselmesine bağlı olarak gerçekleştiği ifade edilmiştir.

Alkan (2004) tarafından yapılan çalışmaya göre; ergen bireylerin stres ile başa çıkma stratejileri ve bilişsel değerlendirmeler ile duygular arasında olan ilişki incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuca göre, problem odaklı başa çıkma stratejilerini olumlu duygular ve duyguların bilişsel değerlendirilmesi değişkenleri anlamlı bir şekilde yordadığı bildirilmiştir. İkincil bilişsel değerlendirme değişkenlerinin stres düzeyi ve olumsuz duyguları anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür.

Kuiper, Olinger ve Lyons (1986) tarafından yapılan çalışmada algılanan stres düzeyi ile olumsuz yaşamları ve depresyon arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışma sonucunda olumsuz yaşam olaylarının ile depresyon arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca algılanan stres düzeyi düşük olanların depresyon ve olumsuz yaşam olaylarından daha az etkilendikleri gözlemlenmiştir.

Rücker (2012) psikoloji bölümü öğrencileriyle yaptığı çalışmada motivasyon, algılanan stres ve akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışmaya 146 öğrenci katılmıştır. Çalışma sonucunda algılanan stresin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterdiği gözlemlenmiştir. Ayrıca motive olmamanın yüksek stres düzeyi ve düşük not ortalaması ile ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Gustems-Carnicer, Calderón ve Calderón-Garrido (2019) öğretmen adaylarının stresle başa çıkma tutumları ile algılanan stres düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda etkili şekilde stresle başa çıkabilen kişilerin daha az stres yaşadıkları ve akademik başarılarının yüksek olduğu belirtilmiştir.

Anbumalar ve arkadaşları (2017) üniversite öğrencilerinin algıladıkları stres düzeyi ve başa çıkma stratejilerindeki cinsiyet farklılıklarını incelemişlerdir. Çalışma grubunu 40 erkek 40 kadın olmak üzere 80 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışma sonucuna göre kadınların erkeklere göre algıladıkları stres anlamlı derecede yüksektir. Ayrıca erkeklerin kadınlara göre stresle daha etkili başa çıktıkları belirtilmiştir. Stresle başa çıkmada cinsiyet farklılıklarını inceleyen bir diğer çalışmada ise Eisenbarth (2019), erkeklerin stresle başa çıkarken mizahı kullandıklarını kadınların duygusal destek aradıklarını belirtmiştir.

Schiffirin ve Nelson (2010) yaptıkları çalışma sonucunda mutluluk ile stres arasındaki negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde Poormahmood ve arkadaşları (2017) yapmış oldukları çalışmada stres arttıkça mutluluk ve iyimserliğin azaldığı sonucuna ulaşmışlardır.

2.4. Akademik Başarı

Kişinin yetenekleri, becerileri, motivasyonu ve çevresel etmenlerin bir araya gelmesi ile oluşan karmaşık etkileşim akademik başarı olarak tanımlanmaktadır (Woolfe ve Dryden, 1996: 22). Öğrencilerin bir yıl boyunca almış olduğu derslerin sene sonunda oluşturulan yıllık not ortalaması akademik başarının tanımıdır (Akhun, 1992: 325). Standart başarı testlerinden elde edilen puanlar derslerin genel ve not ortalamaları akademik başarının ölçülmesi için kullanılmaktadır (Woolfe ve Dryden, 1996: 22). Öğrencilerin akademik başarısı okul tarafından görülmektedir ve okulların birincil amacı öğrencilerin okul performansları ile akademik başarılarını belirlemektir. Öğretmenlerin ne yaptığından çok öğrencilerin derslerde ne yaptığı okullar için daha önem teşkil etmektedir (McLoughlin ve Lewis, 2002: 33).

2.4.1. Akademik Başarıda Rol Oynayan Bireysel Faktörler

Kişinin genel ve okul başarısına zekâ etki etmektedir. Araştırmacılarda bu konuda ortak bir fikre varmışlardır. Zekanın tanımı ve ölçülmesi noktasında farklı görüşler bulunsa da Alfred Binet'in ifade ettiğine göre çocukların okullarda olan başarısı test etmek amacı ile zekâları ölçülmektedir. Zekâ ölçmek için yapılan IQ testleri ile test sonucu yüksek çıkan öğrencilerin düşük çıkanlardan daha fazla şey bildiği ortaya konulmuştur. IQ testleriyle okul başarısı arasında kurulan ilişkide düzey %50 olmalıdır ve bunun %25'lik kısmı zekâ ile ilişkilendirilmektedir. Zekâ düzeyine çevresel ve genetik faktörler etki ettiğinden dolayı ebeveynlerin zekâ seviyesi ve öğrencilerin kendi zekâ seviyeleri akademik başarı ile alakalı olmaktadır (Neisser vd., 1996: 77).

Sosyal beceriler, öz yetenek algısı, kişisel özellikler, sağlık durumları ve motivasyon öğrencilerin akademik başarısında bireysel farklılıklar bulunmaktadır (Woolfe ve Dryden, 1996: 23; Yaşar ve Balkıs, 2004: 132).

2.4.2. Akademik Başarıda Rol Oynayan Çevresel Faktörler

Akademik başarıda öğrencilerin bireysel farklılıklarının etki etmesinin yanında eğitim gördüğü okul, okulun verdiği imkanlar ve içinde bulunduğu aile etkili olmaktadır (Woolfe ve Dryden, 1996: 25).

2.4.2.1. Okul

Öğrencinin davranışları, öğretim yöntem ve teknikleri, eğitimde kullanılan materyaller ve değerlendirmede kullanılan yöntemler öğrencinin akademik başarısını etkilemektedir (Aysan, Tanrıöğen ve Tanrıöğen, 1996: 26). Öğrenme akademik başarı ile yakından ilişkilidir ve öğrenmeyi oluşturan faktörler üç grupta incelenmektedir. Bu üç kategori;

- Öğrenilen konunun yapısı,
- Öğrenme için ayrılan zaman,
- Öğrencilerin derse aktif katılımı ve geri bildirim faktörleri bulunmaktadır.

Öğrenme malzemesi faktörleri arasında ise algısal ayırt edebilirlik, anlamsal çağrışım ve kavramsal gruplandırma yer almaktadır (Bacanlı, 2005: 46).

Okul iklimi, sınıfın mevcudu, öğretmenin bilgi ve becerisi ve öğrenciyi değerlendirme yöntemleri okul ile ilişkili diğer faktörler arasında yer almaktadır (Yaşar ve Balkıs, 2004: 132).

2.4.2.2. Aile

Bireyin akademik başarısını doğrudan ve dolaylı olarak, genetik olarak yapılan aktarımlar, kaynaklar ve yaklaşımlar açısından aile çok önemli bir faktördür. Çocuklarına uygun öğrenme ortamı, eğitim olanakları ve okulla alakalı etkinlikler sunan ebeveynler çocuklarının akademik başarılarında etkili olmaktadır (Woolfe ve Dryden, 1996: 24). Diğer taraftan beslenme ve sevgi gibi çocuğun ihtiyaçlarının karşılanması ile birlikte okul başarısına etki eden bilişsel ve sosyal gelişime destek verilerek çocuğun akademik başarısına etki etmektedir (Wentzel, 1994: 268).

Başarıya etki eden bağlamsal faktörler arasında ailelerin sosyo-ekonomik düzeyleri bulunmaktadır. White'in (1982) ifade ettiğine göre okul başarısı ve sosyo-ekonomik düzey arasındaki ilişki yapılan araştırmalardan elde edilen çalışmalara göre %34 seviyesindedir. Bu elde edilen sonuçların yapılan çalışmada kullanılan değişkenle

alakalıdır. Sosyo-ekonomi ve zekâ arasında yapılan çalışmada aralarında bulunan ilişki %33 seviyesinde iken, sosyo-ekonominin okul notları yansımaları ile arasında olan ilişki %24'tür. Yaşı artan öğrencilerde bu ilişkinin zayıfladığı görülmektedir. Buna bağlı olarak sosyo-ekonomik başarının akademik başarı üzerinde olan etkisi azalmaktadır. Sosyo-ekonomi çok boyutlu bir değişken olduğundan dolayı öğrencilerin akademik başarısını dolaylı olarak ya da doğrudan etkilemektedir.

Bunların yanında öğrencilerin akademik başarısında ailenin okula karşı olan tutumu öğretmenlerle olan ilişkisi ve çocuktan beklediği başarı seviyesi etkili olmaktadır (Yaşar ve Balkıs, 2004: 24).

2.4.3. Akademik Başarı ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Literatür incelendiğinde akademik başarı ile ilgili birçok çalışmanın yapıldığı görülmektedir. Lise seviyesinde bulunan öğrencilere, dersler baz alınarak ya da eğitim ve öğretimde kullanılan yöntem ve tekniklerin kullanımının sağlandığı ve kazanımın ölçülmesine odaklanan çok sayıda çalışma mevcuttur.

Balcı (2017) internet destekli öğrenme yönteminin akademik başarıya etkisini incelemiştir. Çalışmanın evrenini lise onuncu sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. İçlerinden rastgele seçilen deney grubuna 3 hafta boyunca ağ araştırması yöntemi ile dersler işlenirken kontrol grubu geleneksel öğretim yöntemi ile derslerine devam etmiştir. Çalışma sonucunda deney ve kontrol gruplarının öntest ve sontest puanları karşılaştırıldığında internet destekli öğrenme yöntemi ile geleneksel öğretim yönteminin başarıya benzer düzeyde etki ettiği gözlemlenmiştir.

Ceylan (2017) tarafından yapılan çalışmada bağlam temelli yaklaşımın akademik başarıya etkisi incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini 34 deney, 32 kontrol grubu olmak üzere 66 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışma sonucunda bağlam temelli yaklaşımın uygulandığı deney grubu ile geleneksel öğretim yönteminin uygulandığı kontrol grubunun akademik başarılarının arttığı gözlemlenmiştir. Ancak deney grubundaki öğrencilerin başarı oranlarının daha fazla arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

İnce Yakar (2011) derslerde filmlerden yararlanmanın akademik başarıya etkisini incelemiştir. Bu amaçla onuncu sınıflardan 15'i deney 15'i kontrol grubu olmak üzere rastlantısal yolla iki grup seçilmiştir. Deney grubuna konuyla ilişkili kısa film seyretilirken kontrol grubu düz anlatım ve soru cevap şeklinde derse devam etmiştir. Çalışma sonucunda deney grubunun akademik başarı puanları kontrol grubuna göre

anlamli şekilde yuiksek cikmiftir. Bilgilerin kaliciligini olemek amaciyla aradan bir ay gecikten sonra yapilan ikinci test sonucuna gore film oğretim bilginin kalici olmasına katkı sagladigi gorulmiftir.

Kurt (2018) eğitimde drama kullanımının akademik başarıya etkisini incelemiştir. Bu amaçla bir devlet okulundan kontrol ve deney grubu basit seçkisiz örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Çalışma grubu 59 öğrenciden oluşmaktadır. Deney grubunda sekiz hafta boyunca tarih dersleri drama yöntemiyle, kontrol grubunda ise düz anlatım yöntemiyle işlenmiştir. Öntest ve sontest puanlarının karşılaştırılması sonucunda drama yönteminin düz anlatım yöntemine göre daha verimli ve etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca deney grubu ile kontrol grubu arasında akademik başarı anlamli şekilde farklılık göstermiştir.

Karaşar ve Kapçı (2016) okula bağlanma ile akademik başarı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma grubu lise eğitimine devam etmekte olan 359 kız, 252 erkek olmak üzere 611 öğrenciden oluşmaktadır. Çalışma sonucunda akademik başarının okula bağlanmayı yordamadığı görülmüştür. Alt sınıflardaki öğrencilerin okula bağlanma puanları daha yüksekken, üst sınıflarda okuyan öğrencilerin akademik başarı puanları daha yüksek bulunmuştur.

Sevingil (2018) ilk öğretim öğrencilerinin bağlanma stilleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada güvenli bağlanma stili ile akademik başarı arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır. Benzer şekilde Sumbas ve Sezer (2017) ortaokul öğrencileri ile yaptıkları çalışmada akademik başarıları yüksek öğrencilerin güvenli bağlanma stiline sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır.

Bozanoğlu (2005) tarafından yapılan çalışmaya göre, lise öğrencilerinin akademik başarıları ile lisede sınıf tekrarı yapan öğrencilerin bilişsel davranışçı yaklaşımları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapılan çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, çalışmada yer alan grupların ikisinde de akademik başarının arttığı gözlemlenmiştir. Buna bağlı olarak gruplar arasında başarı düzeyinde bir farklılığa rastlanmamıştır.

Gambaro, Enright, Baskin ve Klatt'ın (2008) yapmış olduğu çalışmaya göre; on beş hafta boyunca izlenen risk altında olan ergenlerin olduğu, affetme temelli ve birey odaklı gruplarla yapılan kıyaslamada çalışmaya katılan gruplarda akademik başarı

anlamli olarak artmiştir. Daha sonra yapılan gözlemlerle ile çalışmadan elde edilen sonuçların kalıcı olduğu görülmüştür.

Howard ve Ziomek-Daigle (2009) okul bağıllığı, akademik başarı ve ders dışı etkinliklere katılım arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Çalışma sonucunda destek gruplarına gönüllü katılım göstermek ile okul bağıllığı arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ancak öğrencilerin gönüllü destek gruplarına katılımının akademik başarılarına anlamlı bir etki gösterdiği sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuca göre öğrencilerin akademik başarılarını yükseltmek için gönüllü destek gruplarına girmeleri önerilmektedir.

Goguen, Hiester ve Nordstrom (2010) tarafından yapılan çalışmada akran ilişkileri, akademik başarı ve okula devam etme arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini üniversiteye yeni başlayan 173 kız 98 erkek öğrenci olmak üzere 271 kişi oluşturmaktadır. Akran ilişkileri, akademik başarı ve okula devam etme arasında ilişki olup olmadığını belirlemeye yönelik korelasyon ve regresyon analizleri yapılmıştır. Bu analizler sonucunda akran ilişkileri ile akademik başarı ve okula devam etme arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirtilmiştir.

Waters (2011) tarafından yapılan çalışmaya göre, 12 uygulamanın kullanıldığı meta analiz çalışmasında okul temelli olan pozitif psikoloji müdahaleleri incelemeye alınmıştır. Yapılan bu uygulamalar ile pozitif psikoloji yaklaşımına bağlı olarak öğrencilerde şükür, umut gibi olumlu duygular ile karakter güçleri ve psikolojik olarak sağlam olmak akademik başarıyı etkilemektedir.

Fischer ve Theis (2014) ders dışı etkinliklerin kalitesinin okula bağlanma ve akademik başarı üzerindeki etkisini incelemiştir. Yaptıkları boyamsal çalışmaya 5. 7. ve 9. sınıflardan toplamda 3000'den fazla öğrenci katılmıştır. Çalışma sonucuna göre ders dışı etkinlikler okula bağlanmayı ve okula bağlanma ise akademik başarıyı önemli ölçüde etkilemektedir. Ancak ders dışı etkinliklerin akademik başarıya doğrudan etkisi neredeyse yoktur. Bu nedenle öğrencilerin okula bağıllıklarını ders dışı etkinlikler ile pekiştirip akademik başarılarını arttırmaya teşvik etmek gerekmektedir.

Eisenberg, Neumark-Sztainer ve Perry (2003) tarafından yapılan çalışmada akran zorbalığı, okula bağıllık ve akademik başarı incelenmiştir. Çalışmaya 7-12. sınıf seviyelerinde öğrenimine devam etmekte olan 4746 öğrenci katılmıştır. Çalışma

sonucuna göre çoğu öğrencinin akran zorbalığına maruz kaldığı, bu öğrencilerin okula bağlılıklarının ve akademik başarılarının düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Moon (2012) tarafından yapılan çalışmada lise son sınıf öğrencilerinin akademik başarıları incelenmiştir. Çalışmanın örneklemini 1484 lise son sınıf öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışma sonuçları incelendiğinde kız öğrencilerin akademik başarılarının erkek öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca kız öğrencilerin akademik başarısının; ebeveyn eğitim düzeyi, ailenin gelir durumu, okul doyumu, akademik motivasyon değişkenleri ile ilişkili olduğu görülmektedir. Erkek öğrencilerin akademik başarıları ise okul doyumu, motivasyon ve ailenin desteği değişkenleri ile ilişkilidir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

YÖNTEM

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, ergenlerin bağlanma stilleri ile stres düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemek üzere betimsel tarama ve ilişkisel tarama modelleri kullanılarak hazırlanmış nicel bir araştırmadır. Betimsel tarama araştırması, bir gruba ait özellikleri belirlemek amacıyla verilerin toplanmasıyla yapılan araştırmalardır. İlişkisel tarama modelinde ise iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek amaçlanır. İlişkisel tarama modeli, ilişkilerin yönü ve düzeyini belirlemeye yönelik korelasyonel araştırma ve neden-sonuç ilişkilerine dönük istatistiksel işlemlerin yapıldığı nedensel karşılaştırma araştırması olarak iki türlü yapılır (Şimşek, 2012a: 92). Bu araştırmada her ikisi de kullanılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2020-2021 eğitim öğretim döneminde İstanbul ili Küçükçekmece ilçesinde devlet kurumlarında eğitimine devam etmekte olan 31.726 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme kolay ulaşılır örnekleme yöntemi ile belirlenen 400 lise öğrencisinden oluşmaktadır. Örneklem büyüklüğü belirlenirken %95 güven aralığı ve %5 kabul edilebilir hata oranı ölçüt olarak göz önünde bulundurulmuştur (surveysystem, 2020). Kolay ulaşılır örnekleme yönteminde araştırmacı kolaylıkla ulaşabileceği katılımcıları çalışmaya dahil eder. (Şimşek, 2012b: 122). Öğrencilere ait bilgiler Tablo 3.1’de verilmiştir.

Tablo 3.1’de gösterildiği üzere çalışmaya dahil olan öğrencilerin 109’u (%27,3) 14 yaşında, 108’i (%27,0) 15 yaşında, 93’ü (%23,3) 16 yaşında, 90’ı (%22,5) 17 yaşındadır. Katılımcıların 254’ü (%63,5) erkek, 146’sı (%36,5) ise kız öğrencidir. Çalışmanın çoğunluğunda erkek öğrenciler bulunmaktadır. Ailelerinin aylık gelir durumları 111’inin (%27,8) 2800 TL ve altı, 121’inin (%30,3) 2801-3500 TL arası, 54’ünün (%13,5) 3501-4500 TL arası, 51’inin (%12,8) 4501-5500 TL arası ve 63’ünün (%15,8) 5501 TL ve üzeridir. Öğrencilerin annelerinin eğitim düzeyleri 245’i (%61,3) ilköğretim mezunu, 116’sı (%29,0) lise mezunu ve 39’u (%9,8) üniversite mezunu iken; babalarının eğitim düzeyleri 196’sı (%49,0) ilköğretim mezunu, 134’ü (%33,5)

lise mezunu ve 70'i (%17,5) üniversite mezunudur. Öğrencilerin yıl sonu başarı puanları 17'si (%4,3) 59 ve altında, 45'i (%11,3) 60-69 arasında, 116'sı (%29,0) 70-84 arasında, 222'sinin (%55,5) ise 85-100 arasındadır.

Tablo 3.1. Öğrencilerin Demografik Bilgileri

	Gruplar	Frekans	Yüzde
	Erkek	254	63,5
	Kız	146	36,5
Yaş	14	109	27,3
	15	108	27,0
	16	93	23,3
	17	90	22,5
Ailenin geliri	2800 TL ve altı	111	27,8
	2801-3500 TL arası	121	30,3
	3501-4500 TL arası	54	13,5
	4501-5500 TL arası	51	12,8
	5501 TL ve üstü	63	15,8
Anne öğrenim durumu	İlköğretim	245	61,3
	Lise	116	29,0
	Üniversite	39	9,8
Baba öğrenim durumu	İlköğretim	196	49,0
	Lise	134	33,5
	Üniversite	70	17,5
Akademik başarı	59 ve altı	17	4,3
	60-69	45	11,3
	70-84	116	29,0
	85-100	222	55,5
Toplam		400	100,0

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada verileri toplamak için üç bölümden oluşan bir anket kullanılmıştır. Anket demografik bilgi formu, ebeveyne ve arkadaşına bağlanma envanteri gözden geçirilmiş formu (EABE-G) ve algılanan stres ölçeği (ASÖ) bölümlerinden oluşmaktadır.

3.3.1. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Öğrencilere cinsiyet, yaş, ailenin gelir durumu, anne ve baba eğitim düzeyleri ve yıl sonu ağırlıklı not ortalamasının sorulduğu sorular yer almaktadır.

3.3.2. Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanma Envanteri Gözden Geçirilmiş Formu (EABE-G)

Türkçeye uyarlaması Yavuz, Yüksel ve Yavuz (2018) tarafından yapılan ebeveyn ve arkadaşla bağlanma envanteri gözden geçirilmiş formu (EABE-G), Gullone ve Robinson (2005) tarafından çocuk ve ergenlerin bağlanma stillerini belirlemeye yönelik geliştirilmiştir. EABE-G ebeveyn ölçeği 28, arkadaş ölçeği 25 maddeden oluşmaktadır. Ebeveyn ölçeğinde 12 madde (3, 5, 7, 9, 10, 12, 15, 18, 19, 22, 25, 27), arkadaş ölçeğinde 7 madde (4, 9, 10, 11, 18, 22, 24) ters puanlanmaktadır. Her madde “Her zaman doğru (3), bazen doğru (2) ve hiç doğru değil (1)” arasında değişen 3’lü likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmekte ve toplanarak toplam puan elde edilmektedir. Yüksek puan güvenli bağlanma stiline işaret etmektedir. Ebeveyn ve arkadaş formlarından ayrı puanlar elde edilmektedir.

3.3.3. Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)

Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması ise Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy (2013) tarafından yapılmıştır. Kişinin hayatındaki birtakım durumları ne derece stresli algıladığını ölçmek için uygulanan ölçek (ASÖ-14) 14 maddeden oluşmaktadır. Bu uzun formun yanı sıra 10 maddelik (ASÖ-10) ve 4 maddelik (ASÖ-4) kısa formları da bulunmaktadır. Bu çalışmada 14 maddelik uzun form kullanılacaktır. ASÖ-14 maddelerinden 7 tanesi (4, 5, 6, 7, 9, 10, 13) olumlu ifadeler içermekte ve ters puanlanmaktadır. Her madde “Hiçbir zaman (0) ile çok sık (4)” arasında değişen 5’li likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Puanlar toplandığında 0-56 arasında bir puan elde edilmektedir. Puan yükseldikçe stresin de yükseldiği kabul edilmektedir.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için evreni temsil edeceği düşünülen ve örnekleme oluşturan lise öğrencileri kolay ulaşılır örnekleme yöntemiyle seçilerek ölçekler uygulanmıştır. Verileri araştırmacı okulları ziyaret ederek toplamıştır. Ölçekler uygulanırken gönüllülük esası dikkate alınarak ölçeklerin içtenlikle cevaplanması sağlanmaya çalışılmıştır. Ayrıca ölçek sonuçlarının araştırma için kullanıldığını gizlilik ilkesi doğrultusunda sonuçların kimseye verilmeyeceği açıklanarak öğrencilerin güvenleri sağlanmıştır.

Ölçekler uygulanırken zaman sınırlaması olmamaktadır. Öğrencilerin ölçek maddelerini doğru ve içtenlikle cevaplamaları en önemli nokta olduğu için tereddüt

edilecek noktalar ile ilgili her türlü belirsizliklerin aşılması için zaman sınırlaması yapılmamıştır. Ölçek uygulanırken kendi alanında ve ölçekler hakkında yeterli bilgiye sahip öğretim görevlileri de gözlemci olarak bulunmuşlardır.

3.5. Verilerin Analizi

Veri toplama ölçekleri ile toplanan veriler elektronik ortamında sayısal ifade şeklinde yazılmış olup, bu bilgiler sosyal bilimler için istatistik paket programından (SPSS) yararlanılarak istatistiksel sonuçlara dönüştürülmüştür.

Analiz sonuçlarında, anlamlılık düzeyi en az $p < .05$ olarak kabul edilmiştir. Elde edilen sonuçlar, 0.05'ten küçük olması durumunda anlamlıdır, 0.05'ten büyükse anlamsızdır ilkesine göre değerlendirilmiştir. İkili değişkenlere ilişkin karşılaştırmalarda bağımsız değişkenler t testi, ikiden fazla değişkene sahip olan karşılaştırmalarda varyans analizi kullanılmıştır. Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişki Pearson Korelasyon ile test edilmiştir.

3.5.1. Güvenilirlik Analizi

Çalışmada ölçeklerin ve alt boyutların güvenilirliğini ölçmek için cronbach's alfa analizi uygulanmıştır. Testte yer alan soruların varyansların toplamının genel varyansa oranlanması ile bulunan ve 0 ile 1 arasında değerler alan Alfa katsayısı, bir ağırlıklı standart değişim ortalamasıdır. Alfa katsayısının bulunabileceği aralıklar ve buna bağlı olarak da ölçeğin güvenilirlik durumu aşağıda verilmiştir (Büyüköztürk, 2010).

$0,00 \leq \alpha < 0,40$ ise test güvenilir değildir,

$0,40 \leq \alpha < 0,60$ ise test düşük güvenilirliktedir,

$0,60 \leq \alpha < 0,80$ ise test oldukça güvenilirdir,

$0,80 \leq \alpha < 1,00$ ise test yüksek derecede güvenilir bir testtir.

Tablo 3.2. Çalışmanın Güvenirlik Analizi

Ölçek	Cronbach's Alpha	N
Ebeveyne Bağlanma Envanteri	,923	28
Arkadaşa Bağlanma Envanteri	,867	25
Algılanan Stres Ölçeği	,791	14

Yukarıdaki Tablo 3.2'de görüldüğü üzere araştırmanın ölçeklerinin güvenilirlik düzeyleri oldukça yüksektir. Bu nedenle güvenilir bir anket olduğunu kanıtlamaktadır.

3.5.2. Normallik Analizi

Veriler analiz edilmeden önce parametrik ya da parametrik olmayan analiz teknikleri arasından hangi tekniğin kullanılacağına dair karar vermek için elde edilen verilerin normallik analizinin yapılması gerekmektedir. Normal dağılım içerisinde ölçeklerin puanlarının incelenmesi için yapılması gereken öncelikli işlem çarpıklık ve basıklık değerlerinin hesaplanmasıdır. Elde edilen basıklık ve çarpıklık değerlerinin +3 ve -3 arasında bir değerde olması normal dağılım açısından yeterli kabul edilmektedir (Hopkins ve Weeks, 1990). Ölçeklere atı normallik değerleri Tablo 3.3'te verilmiştir.

Tablo 3.3. Çalışmanın Normallik Analizi

Ölçekler	Ortalama	Std. Sapma	Çarpıklık	Basıklık
Ebeveyne Bağlanma Envanteri	62,31	11,31	-,368	-,473
Arkadaşa Bağlanma Envanteri	55,9	8,49	-,491	-,431
Algılanan Stres Ölçeği	30,51	8,83	,035	,224

Tablo 3.3'e göre ölçek puanları normal bir dağılım göstermektedir. Böylece, analizler gerçekleştirilirken parametrik analizlerden bağımsız gruplar t-testi ve ANOVA testi kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişki olup olmadığını ortaya çıkarmak için korelasyon, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki yordama düzeyini tespit etmek için regresyon analizleri yapılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulguların analizine yer verilmiştir.

4.1. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve stres düzeyleri; cinsiyetlerine, yaşlarına, anne ve baba eğitim seviyelerine ve aile gelir durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?” Alt Amacına İlişkin Bulgular

4.1.1. Cinsiyet

Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanma ile algılanan stres düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız gruplar t testi sonuçları Tablo 4.1’de gösterilmektedir.

Tablo 4.1. Ebeveyne ve Arkadaşına Bağlanma ile Algılanan Stres Düzeyleri t Testi Sonuçları

Değişkenler	Gruplar	N	M	SD	t	df	p
Ebeveyne Bağlanma	Erkek	254	63,13	10,36	1,931	398	,054
	Kız	146	60,87	12,70			
Arkadaşına Bağlanma	Erkek	254	55,79	8,58	-,337	398	,736
	Kız	146	56,08	8,34			
Algılanan Stres	Erkek	254	29,31	8,33	-3,618	398	,000
	Kız	146	32,58	9,31			

Tablo 4.1 incelendiğinde öğrencilerin ebeveyne bağlanma ($t_{[398]}=1,931$; $p>.05$) ve arkadaşına bağlanma ($t_{[398]}=-.337$; $p>.05$) düzeylerinin istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir. Algılanan stres düzeyin ise cinsiyete göre istatistiksel düzeyde anlamlı bir farklılık göstermektedir ($t_{[398]}=-3,618$; $p<.05$). Kız öğrencilerin stres düzeylerinin ($M=32.58$), erkeklere ($M=29.31$) göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

4.1.2. Yaş

Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanma ile algılanan stres düzeylerinin yaşlarına göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans (ANOVA) analizi sonuçları Tablo 4.2’te gösterilmektedir.

Tablo 4.2. Yaş Değişkenine Göre Öğrencilerin Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması

	Yaş	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Fark
Ebeveyne Bağlanma	14	109	63,504	11,116	G. Arası	1109,370	3	369,79	2,93	,033	15>16
	15	108	63,768	10,901	G. İçi	49944,568	396	126,12			
	16	93	59,537	11,428	Total	51053,938	399				
	17	90	61,988	11,546							
	Total	400	62,312	11,311							
Arkadaş Bağlanm	14	109	55,449	9,300	G. Arası	76,542	3	25,514	,352	,788	--
	15	108	56,537	7,889	G. İçi	28703,458	396	72,483			
	16	93	55,580	8,4330	Total	28780,000	399				
	17	90	56,011	8,3187							
	Total	400	55,900	8,4929							
Stres	14	109	30,614	8,699	G. Arası	113,161	3	37,720	,482	,695	--
	15	108	29,675	8,842	G. İçi	31018,777	396	78,330			
	16	93	30,838	8,792	Total	31131,938	399				
	17	90	31,055	9,097							
	Total	400	30,512	8,833							

Tablo 4.2 incelendiğinde öğrencilerin ebeveyn bağlanmaları yaşlarına göre istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir ($F=2,93$; $p<.05$). Öğrencilerin ebeveyn bağlanmalarının hangi yaş gruplarında farklılaştığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey testi sonuçlarına göre, 15 yaşındaki öğrencilerin ($M=63,76$) 16 yaşındaki öğrencilere ($M=59,53$) göre ebeveyn bağlanma puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.1.3. Anne Eğitim Düzeyi

Ergenlerin ebeveyn ve arkadaş bağlanma ile algılanan stres düzeylerinin anne eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 4.3'te gösterilmektedir.

Tablo 4.3. Öğrencilerin Annelerinin Eğitim Durumlarına Göre Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması

	Eğitim Düzeyi	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p	Fark
Ebe. Bağlanm	İÖ	245	61,893	11,448	G. Arası	114,941	2	57,470	,448	,639	--
	Lise	116	63,069	11,008	G. İçi	50938,997	397	128,310			
	Üniv.	39	62,692	11,496	Total	51053,938	399				
	Total	400	62,312	11,311							
Arkadaş Bağlanm	İÖ.	245	55,893	8,354	G. Arası	40,750	2	20,375	,281	,755	---
	Lise	116	56,206	8,668	G. İçi	28739,250	397	72,391			
	Üniv.	39	55,025	8,983	Total	28780,000	399				
	Total	400	55,900	8,492							
Stres	İÖ	245	30,195	9,165	G. Arası	99,549	2	49,775	,637	,530	--
	Lise	116	30,732	8,159	G. İçi	31032,388	397	78,167			
	Üniv.	39	31,846	8,704	Total	31131,938	399				
	Total	400	30,512	8,833							

Tablo 4.3'te çalışmaya dahil olan öğrencilerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanma ve algıladıkları stres düzeyinin annelerinin eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek üzere tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin annelerinin eğitim durumlarına göre ebeveyne bağlanma ($F=.448$; $p>.05$), arkadaşına bağlanma ($F=.281$; $p>.05$) ve algılanan stres düzeyleri ($F=.637$; $p>.05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur.

4.1.4. Baba Eğitim Düzeyi

Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanma ile algılanan stres düzeylerinin baba eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 4.4'te gösterilmektedir.

Tablo 4.4. Öğrencilerin Babalarının Eğitim Durumlarına Göre Ebeveyn ve Arkadaşına Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması

	Eğitim Düzeyi	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
Ebeveyn	İlköğretim	196	61,7092	11,72690	G. Arası	141,829	2	70,915	,553	,576
	Lise	134	62,9627	10,91623	G. İçi	50912,108	397	128,242		
	Üniversite	70	62,7571	10,93251	Total	51053,938	399			
	Total	400	62,3125	11,31171						
Arkadaş	İlköğretim	196	55,6888	8,48891	G. Arası	55,135	2	27,568	,381	,683
	Lise	134	55,7910	8,63119	G. İçi	28724,865	397	72,355		
	Üniversite	70	56,7000	8,30985	Total	28780,000	399			
	Total	400	55,9000	8,49296						
Stres	İlköğretim	196	30,2857	9,06614	G. Arası	76,051	2	38,026	,486	,615
	Lise	134	30,3507	8,63222	G. İçi	31055,886	397	78,226		
	Üniversite	70	31,4571	8,61190	Total	31131,938	399			
	Total	400	30,5125	8,83317						

Tablo 4.4'te çalışmaya dahil olan öğrencilerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanma ve algıladıkları stres düzeyinin babalarının eğitim durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek üzere tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin babalarının eğitim durumlarına göre ebeveyne bağlanma ($F=.553$; $p>.05$), arkadaşına bağlanma ($F=.381$; $p>.05$) ve algılanan stres düzeyleri ($F=.486$; $p>.05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur.

4.1.5. Ailenin Gelir Durumu

Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanma ile algılanan stres düzeylerinin ailenin gelir durumuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 4.5'te gösterilmektedir.

Tablo 4.5. Öğrencilerin Ailelerinin Gelir Durumlarına Göre Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algıladıkları Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması

	Gelir Durumu	N	M	SD	Varyansın Kaynağı	KT	df	KO	F	p
Ebeveyn	0-2800	111	62,5766	11,52432	G. Arası	432,747	4	108,187		
	2801-3500	121	63,2645	11,40159	G. İçi	50621,190	395	128,155		
	3501-4500	54	61,0185	9,76225	Total	51053,938	399		,844	,498
	4501-5500	51	63,0392	11,03261						
	5501 TL +	63	60,5397	12,23141						
	Total	400	62,3125	11,31171						
Arkadaş	0-2800	111	55,0721	9,23109	G. Arası	405,029	4	101,257		
	2801-3500	121	55,9669	8,18121	G. İçi	28374,971	395	71,835		
	3501-4500	54	55,2593	8,34896	Total	28780,000	399		1,410	,230
	4501-5500	51	55,5294	7,28932						
	5501 TL +	63	58,0794	8,63097						
	Total	400	55,9000	8,49296						
Stres	0-2800	111	30,9189	9,47258	G. Arası	98,205	4	24,551		
	2801-3500	121	30,7190	7,70522	G. İçi	31033,733	395	78,566		
	3501-4500	54	29,7222	9,97055	Total	31131,938	399		,312	,870
	4501-5500	51	30,8824	8,68481						
	5501 TL +	63	29,7778	8,97927						
	Total	400	30,5125	8,83317						

Tablo 4.5'te çalışmaya dahil olan öğrencilerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanma ve algıladıkları stres düzeyinin ailelerinin aylık gelir durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını tespit etmek üzere tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda öğrencilerin ailelerinin aylık gelir durumlarına göre ebeveyne bağlanma ($F=.844$; $p>.05$), arkadaşına bağlanma ($F=1,410$; $p>.05$) ve algılanan stres düzeyleri ($F=.312$; $p>.05$) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık yoktur.

4.2. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile algılanan stres düzeyleri ve akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular

Tablo 4.6'da çalışmaya dahil olan öğrencilerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanma, algılanan stres düzeyleri ve yıl sonu başarı puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu Analizi yapılmıştır.

Tablo 4.6. Öğrencilerin Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmaları ve Algılanan Stres Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki Korelasyon

	1	2	3
1-Ebeveyne Bağlanma	1		
2-Arkadaşa Bağlanma	,305**	1	
3-Algılanan Stres	-,416**	-,338**	1
4-Akademik başarı	,143**	-0,011	-0,012

N=400; *p<.05; **p<.01

Tablo 4.6 incelendiğinde öğrencilerin ebeveyne bağlanmaları ile arkadaşına bağlanmaları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde ($r=.305$); ebeveyne bağlanma ile algılanan stres arasında negatif yönde ve orta düzeyde ($r=-.416$); ebeveyne bağlanma ile yıl sonu başarı puanı arasında pozitif yönde ve düşük düzeyde ($r=.143$); arkadaşına bağlanma ile algılanan stres arasında negatif yönde ve orta düzeyde ($r=-.338$) anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Arkadaşa bağlanma ile akademik başarı; algılanan stres ile akademik başarı arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır ($p>.05$).

4.3. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular

Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmalarının akademik başarılarını yordayıp yordamadığına yönelik yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 4.7’de görülmektedir.

Tablo 4.7. Ergenlerin Ebeveyn ve Arkadaşa Bağlanmalarının Akademik Başarılarını Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	B	Std. Hata	(β)	t	p
Sabit		2,941	,318		9,245	,000
Ebeveyne bağlanma	Akademik başarı	,012	,004	,161	3,097	,002
Arkadaşa bağlanma		-,006	,005	-,060	-1,151	,250

R=.154; R²=.019; F=4.819; p<.01

Tablo 4.7 incelendiğinde ergenlerin ebeveyne bağlanmalarının ($\beta =.161$) akademik başarıyı anlamlı bir şekilde yordadığı ($R^2=.019$; $F=4.819$; $p<.01$) görülmektedir. Ergenlerin ebeveyne bağlanmaları akademik başarılarındaki toplam varyansın %2’sini açıklamaktadır. Bir diğer deyişle ergenlerin ebeveyne bağlanmaları akademik başarıyı olumlu yönde etkilemektedir. Ebeveyne güvenli bağlanma akademik başarıyı arttırmaktadır.

4.4. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları stres düzeylerini yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular

Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmalarının algıladıkları stres düzeylerini yordayıp yordamadığına yönelik yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 4.8’de görülmektedir.

Tablo 4.8. Ergenlerin Ebeveyn ve Arkadaşına Bağlanmalarının Algılanan Stres Düzeylerini Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	B	Std. Hata	(β)	t	p
Sabit		60,815	2,974		20,451	,000
Ebeveyne Bağlanma	Algılanan Stres	-,269	,036	-,345	-7,423	,000
Arkadaşına Bağlanma		-,242	,048	-,232	-5,000	,000

R=.471; R²=.218; F=56.644; p<.000

Tablo 4.8 incelendiğinde ergenlerin ebeveyne bağlanmaları (β =-.345) ve arkadaşına bağlanmalarının (β =-.232) algılanan stres düzeyini negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı (R²=.218; F= 56.644; p<.01) görülmektedir. Ergenlerin ebeveyne bağlanmaları ile arkadaşına bağlanmaları algılanan stres düzeylerinde toplam varyansın %22’sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları algılanan stresi olumsuz yönde etkilemektedir. Güvenli bağların kurulması algılanan stres düzeyini düşürmektedir.

4.5. Araştırmanın “Ergenlerin algılanan stres düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular

Ergenlerin algılanan stres düzeylerinin akademik başarılarını yordayıp yordamadığını belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 4.9’da görülmektedir.

Tablo 4.9. Ergenlerin Algılanan Stres Düzeylerinin Akademik Başarılarını Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	B	Std. Hata	(β)	t	p
Sabit	Akademik Başarı	3,392	,152		22,313	,000
Algılanan Stres		-,001	,005	-,012	-,237	,813

R=.012; R²=.000; F=.056; p>.001

Tablo 4.9 incelendiğinde ergenlerin algılanan stres düzeylerinin akademik başarılarını anlamlı bir şekilde yordamadığı (β =-.012; R²=.000; F=.056; p>.01) görülmektedir. Başka ifadeyle ergenlerin algıladıkları stresin akademik başarıları üzerinde herhangi bir etkisi yoktur.

4.6. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeyleri birlikte, akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Bulgular

Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeylerinin birlikte, akademik başarılarını yordayıp yordamadığını belirlemeye yönelik yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 4.10’da görülmektedir.

Tablo 4.10. Ergenlerin Ebeveyne ve Arkadaşına Bağlanmaları ve Algılanan Stres Düzeylerinin Birlikte, Akademik Başarılarını Yordayıp Yordamadığına İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken	B	Std. Hata	(β)	t	p
Sabit		2,680	,456		5,876	,000
Ebeveyne bağlanma	Akademik	,013	,004	,177	3,180	,002
Arkadaşına bağlanma	Başarı	-,005	,005	-,049	-,921	,357
Stres		,004	,005	,045	,799	,425

R=.159; R²=.025; F=3,422; p<.01

Tablo 4.10 incelendiğinde ebeveyne bağlanmanın (β =.177; R²=.025; F=3.422; p<.01) akademik başarıyı anlamlı bir şekilde yordadığı; arkadaşına bağlanma (β =-.005; R²=.025; F=3.422; p>.01) ve algılanan stres düzeyinin (β =.004; R²=.025; F=3.422; p>.01) akademik başarıyı anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Ergenlerin ebeveyne bağlanmaları akademik başarılarındaki toplam varyansın %2’sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin ebeveyne bağlanmalarının akademik başarıları üzerinde olumlu yönde etki ettiği görülürken, arkadaşına bağlanma ve algılanan stres düzeylerinin akademik başarılarına istatistiksel açıdan herhangi bir etkisi olmadığı görülmektedir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışma kapsamında, ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile stres düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmektedir. Katılımcıların ebeveyne ve arkadaşına bağlanma stilleri ile algıladıkları stres düzeyleri, demografik değişkenler olan yaş, cinsiyet, ailenin gelir durumu, anne eğitim durumu, babanın eğitim durumu ve akademik başarı değişkenleriyle karşılaştırılmıştır.

5.1.1. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanma stilleri ve stres düzeyleri; cinsiyetlerine, yaşlarına, anne ve baba eğitim seviyelerine ve aile gelir durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir? Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç

a) Cinsiyet

Araştırmanın bulgularına göre ergenlerin cinsiyetleri ile ebeveyn ve arkadaşına bağlanma arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmezken, algıladıkları stres arasında anlamlı bir farklılık gözlemlenmiştir. Buna göre kız öğrenciler erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek stres algılamaktadır.

Araştırmamızla aynı şekilde Şahin (2018) kadınların erkeklerden daha yüksek stres algısına sahip olduklarını ortaya koymuştur. Bartholomew ve Horowitz (1991), Hazan ve Shaver (1987), Reich ve Siegel (2002), Shi (2003) ve Sümer ve Şendağ (2009) yaptıkları çalışmalarda bireylerin cinsiyetleri ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Bu bulgular çalışmamızı destekler niteliktedir.

Çalışmamızın aksine Şanlı (2017) tarafından yapılan çalışmada cinsiyet değişkeni ile algılanan stres arasında anlamlı bir farklılık olmadığı ortaya konulmuştur. Arslan (2018) ise yaptığı korelasyon çalışması sonucunda cinsiyet ile algılanan stres arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmiştir. Onur (2006) ve Özdemir ve Koruklu (2013) ergenler üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında, bağlanma stilleri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ifade etmişlerdir. Benzer şekilde Büyükşahin (2001), Sümer ve Güngör (1999) çalışmalarında bağlanma stillerinin cinsiyet

açısından anlamlı farklılıklar gösterdiğini belirtmiştir. Çiftçi (2018) ve Kaner (2002) ise çalışmalarında akran ilişkilerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiğini gözlemlemişlerdir.

Literatürde kız ergenlerin daha genç yaşlarda anneleriyle daha fazla vakit geçirdikleri için erkek ergenlere göre annelerine daha fazla bağlandıklarına dair bulgular bulunmaktadır (Crouter, Manke ve Mchale, 1995; Galambos, Almeida ve Petersen, 1990). Ayrıca üniversite öğrencilerine yönelik yapılan bazı araştırmalarda kız üniversite öğrencilerinin erkek üniversite öğrencilerine göre anneye bağlanma puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Bayraktar, Sayıl ve Kumru, 2009). Tüm bu bulgular incelendiğinde birbirinden farklı çalışmalarda farklı sonuçlara ulaşıldığı görülmektedir. Bu nedenle cinsiyet değişkenine bağlı olarak genelgeçer bir yargıdan söz etmek mümkün değildir. Ayrıca ergenlik dönemi bireyin çocukluk dönemini tamamlayıp yetişkinlik dönemine hazırlandığı bir geçiş dönemidir. Bu dönemde bireyin birincil bağlanma figürü anne veya bakıcıdan arkadaşlara doğru kaymaktadır (Freeman ve Brown, 2001). Çalışmamızın bulgularına baktığımızda ergenlerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanmalarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermemesinin bağlanma figürünün değişmesinden ve tam olarak bağlanmanın gerçekleşmemiş olmasından kaynaklandığı söylenebilir.

b) Yaş

Araştırma bulgularına göre öğrencilerin yaşları ile ebeveyne bağlanma düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Buna göre farklı yaş gruplarındaki öğrencilerin ebeveyne bağlanma düzeyleri aynı seviyede değildir. 15 yaşındaki öğrencilerin ebeveyne bağlanma puanları 16 yaşındaki öğrencilere göre anlamlı derecede yüksek bulunmuştur.

Araştırmamızı destekler nitelikte olan Özdemir ve Koruklu (2013) tarafından yapılan araştırmada ergenlerin yaşları ile bağlanma stilleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlemiştir. Sümer ve Şendağ (2009) tarafından yapılan çalışmada yaş ile bağlanma stilleri arasında negatif yönlü güçlü bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu durum yaş arttıkça ebeveyne bağımlılığın azalmasıyla açıklanmaktadır. Doyle, Lawford ve Markiewicz (2009), 13-16-19 yaşında olan 373 katılımcıyla yaptıkları araştırmada, yaş ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılığın olduğunu ifade etmişlerdir.

Ayrıca arkadaşla bağlanma ve algılanan stres düzeyi ile yaş arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Yenigün (2019) ve Özdemir (2015) yaptıkları çalışmalarda bireylerin yaşları ile akran ilişkileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Bu bulgular araştırmamızı desteklemektedir.

Çalışmamızın aksine Yüçetürk (2018) ise yaptığı çalışmada bireylerin yaşları ile akran ilişkileri arasında anlamlı bir farklılık olduğunu gözlemlemiştir. Benzer şekilde Taştekin (2016) araştırmasında yaş ile akran ilişkileri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Kökdemir (1995) yaptığı çalışmada benzer sonuçlar bulmuş ve yaş ile akran ilişkileri arasında pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Ergenlik döneminde yaşanan bağlanmalarda birey ebeveynlerinden uzaklaşarak bağ kurdukları akranları ya da yaşlılarına yakınlık göstermektedir. Bu dönemde ergen birey özerk olmaya çalışmakta ve ailesiyle sorun yaşamaktadır. Ayrıca bu dönemde arkadaşla bağlanmanın ebeveyne bağlanmanın önüne geçebileceği ileri sürülmektedir (Allen ve Land, 1999). Özetle, ergenlik döneminde bağlanma davranışı çeşitlenmekte ve buna bağlı olarak değişimler gözlemlenmektedir.

c) Anne Eğitim Düzeyi

Çalışma sonucunda elde edilen verilere göre öğrencilerin annelerinin eğitim durumları ile ebeveyn ve arkadaşla bağlanma ve algılanan stres düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmamızı destekler nitelikte Karaşar (2014) bağlanma stilleri ile anne eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık olmadığını belirtmiştir. Yüçetürk (2018) ve Yenigün (2019) araştırmalarında bireylerin akran ilişkileri ile annelerinin eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgular çalışmamızı destekler niteliktedir.

Çalışmamızın aksine Onur (2006) araştırmasında ergenlerin bağlanma stilleri annelerinin eğitim durumlarına göre anlamlı farklılık gösterdiğini belirtmiştir. Sezer (2017) ise annesi üniversite mezunu olan ile annesi ortaokul mezunu olan öğrencilerin bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin güvenli bağlanma düzeylerinin, annesi ortaokul mezunu olan öğrencilere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Aysan (1988), lise öğrencilerinin stres yaşantılarında kullandıkları başa çıkma stratejilerini bazı değişkenler açısından incelemiş ve annenin eğitim düzeyinin

çocukların kullandığı başa çıkma stillerini etkilediğini ancak babanın eğitim düzeyinin etkilemediğini belirtmiştir.

Annenin doğumdan itibaren bilinçli anne olması sağlıklı bir neslin yetişmesi için önemlidir (Gökoğlu, 2021: 145). Anne eğitim düzeyinin yüksek olması daha bilinçli olacağı ve anne ile çocuk arasındaki bağlanmanın sağlıklı şekilde gerçekleşeceği beklentisini oluşturabilir. Ancak bulgular incelendiğinde anne eğitim düzeyinin anlamlı bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu nedenle annenin eğitim düzeyinin yüksek olması bilinçli bir anne olduğu anlamına gelmemektedir. Anneler doğumdan itibaren ebeveynlik konusunda bilinçlendirilmelidir.

d) Baba Eğitim Düzeyi

Araştırma bulgularına göre ergenlerin babalarının eğitim durumları ile ebeveyn ve arkadaşına bağlanma ve algılanan stres düzeyi arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır.

Gordona ve arkadaşları (2006) ve Kaya (2019) ergenler üzerinde yaptıkları çalışmalarında baba eğitim düzeyi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı bir farklılık bulamamışlardır. Erol (2015) ve Yenigün (2019) yaptıkları araştırmalarda akran ilişkileri ile baba eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığını ifade etmişlerdir. Bu bulgular çalışmamızı destekler niteliktedir.

Sumbas ve Sezer (2017) çalışmalarında ergenlerin babalarının eğitim durumları arttıkça annelerine daha çok bağlandığı sonucuna ulaşmışlardır. Gander ve Gardiner (2010) de babaları üniversite mezunu olan çocukların annelerine daha fazla bağlandıklarını belirtmiştir. Fakat bu durum babaya bağlanmayı etkilememektedir. Tüm bulgular incelendiğinde baba eğitim seviyesinin baba-çocuk arasındaki ilişkiyi açıklamakta yetersiz olduğu görülmektedir.

e) Ailenin Gelir Durumu

Öğrencilerin gelir durumları ile ebeveyn ve arkadaşına bağlanma ile algılanan stres düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı gözlemlenmiştir. Araştırmamıza benzer şekilde Kaya (2019) tarafından yapılan çalışmada aile gelir durumlarının ergenlerin bağlanma stillerini yordamadığı belirtilmiştir. Çalışmamızın aksine Onur (2006) bağlanma stillerinin ailenin gelir durumuna göre farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır.

5.1.2. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile stres düzeyleri akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?”

Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç

Çalışma sonucunda ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile algılanan stres düzeyi arasında negatif yönlü, ebeveyne bağlanma ile akademik başarı arasında ise pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Perrine (1998) tarafından yapılan çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlanma stiline sahip olanlara göre stres düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sevingil (2018) ise araştırmasında öğrencilerin bağlanma stilleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bunun sonucunda bağlanma stilleri ile akademik başarı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu sonucunda ulaşılmıştır. Bu bulgular çalışmamızı destekler niteliktedir.

Seiffe-Krenke ve Beyers (2005) tarafından yapılan boylamsal bir çalışmada hem ergenlik hem de erken yetişkinlik döneminde stresle başa çıkma tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişki incelenmiş ve stresle başa çıkma tarzlarının bağlanma türündeki farklılıklardan kaynaklabileceği belirtilmiştir. Özetle; bağlanma kalitesi arttıkça algılanan stres azalmakta ve akademik başarı artmaktadır.

Ergenlik döneminde kişi bir yandan ailesine karşı özerklik mücadelesi vermekteyken bir yandan da akran ilişkilerinde gelişmeler göstermektedir. Güvenli bağlanma gerçekleştiğinde ergen, ailesinden ihtiyacı olan duygusal desteği hissetmektedir. Yeni durumların üstesinden başarıyla gelebilmektedir. Ayrıca ailesinin desteğini hisseden ergen, insanlarla güven temelli ilişkiler geliştirebilmektedir. Çalışmamızın bulguları ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmalarının pozitif yönlü anlamlı bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir. Ebeveynleriyle ve arkadaşlarıyla sağlıklı ilişkiler geliştiren ergen ise karşılaştığı stresli durumlarla etkin bir şekilde baş etmekte ve daha düşük düzeylerde stres algılamaktadır.

5.1.3. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç

Araştırma bulgularına göre ergenlerin ebeveyne bağlanmaları akademik başarılarını yordamaktadır. Ancak arkadaşına bağlanmanın akademik başarıya herhangi bir etkisi olmadığı görülmektedir. Ergenlerin ebeveyne bağlanmaları akademik başarılarındaki toplam varyansın yaklaşık %2'sini açıklamaktadır. Bir diğer deyişle ergenlerin

ebeveyne bağlanmaları akademik başarıyı olumlu yönde etkilemektedir. Ebeveyne güvenli bağlanma akademik başarıyı arttırmaktadır.

Araştırma bulgularıyla benzer şekilde Wong, Wiest ve Cusick (2002), Fass ve Tubman (2002) ergenler ve üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalar sonucunda ebeveyne bağlanmanın akademik başarının önemli bir yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu nedenle eğitim kademesinin birinden diğerine geçişlerde bağlanma kalitesinin akademik başarının sürdürülmesi ve geliştirilmesinde önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

Çalışmanın aksine Tuncel (2018) tarafından yapılan çalışmada ise bağlanma stilleri ile akademik başarı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Gallardo, Barrasa ve Guevara-Viejo (2016) ise ergenlik döneminde olumlu akran ilişkilerinin akademik başarıyı olumlu yönde yordadığını belirtmektedir. Tüm bulgular incelendiğinde akademik başarı bağlanmanın kalitesinden etkilenmektedir. Ebeveyn ve arkadaşla bağlanmanın artması akademik başarıyı arttırmaktadır.

5.1.4. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşla bağlanmaları algılanan stres düzeylerini yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç

Ergenlerin ebeveyne bağlanmaları ve arkadaşla bağlanmalarının algılanan stres düzeyini negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı görülmektedir. Ergenlerin ebeveyne bağlanmaları ile arkadaşla bağlanmaları algılanan stres düzeylerinde toplam varyansın %22'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin ebeveyne ve arkadaşla bağlanmaları algılanan stresi olumsuz yönde etkilemektedir. Güvenli bağların kurulması algılanan stres düzeyini düşürmektedir.

Çalışmanın aksine Yıldırım (2018) bağlanma stilleri ile algılanan stres düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Ayrıca çalışmalar göstermektedir ki güvenli bağlanma stili geliştiren bireyler stresle etkin bir şekilde başa çıkmaktadırlar (Abdullayev, 2019; Çekiç, 2020; Seiffe-Krenke ve Beyers, 2005; Yazıcıoğlu, 2011). Özetle, ebeveyn ve arkadaşlarıyla sağlıklı ilişkiler geliştiren kişiler daha az stres algılamaktadır. Ayrıca karşılaştıkları stresli durumlarla etkin bir şekilde baş edebilmekte ve diğerlerinden yardım istemekten çekinmemektedirler.

5.1.5. Araştırmanın “Ergenlerin algılanan stres düzeyleri akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç

Araştırma bulgularına göre ergenlerin algılanan stres düzeylerinin akademik başarılarını beklenenin aksine anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Başka bir ifadeyle ergenlerin algıladıkları stresin akademik başarıları üzerinde istatistiksel açıdan anlamlı herhangi bir etkisi yoktur.

Çalışmanın aksine Yıldırım (2006) tarafından yapılan çalışmada stres yaratabilecek gündelik sıkıntıların akademik başarıyı negatif yönde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çiftçi (2002) ergenlerin akademik başarıları ile stresle başa çıkma tutumlarının ilişkili olduğunu gözlemlemiştir. Buna göre akademik başarı arttıkça ergen birey stresle başa çıkma stratejilerini daha etkin kullanmaktadır. Benzer şekilde Gustems-Carnicer ve arkadaşları (2019) etkili stresle baş edebilen kişilerin, algıladıkları stres düzeylerinin düşük ve akademik başarılarının yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Özetle, algılanan stres düzeyi ile akademik başarı arasında negatif bir ilişkiden söz edilebilir. Ayrıca stres ile etkin bir şekilde başa çıkmak algılanan stres düzeyini düşürmektedir.

5.1.6. Araştırmanın “Ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeyleri birlikte, akademik başarılarını yordamakta mıdır?” Alt Amacına İlişkin Tartışma ve Sonuç

Araştırma bulguları incelendiğinde ebeveyne bağlanmanın akademik başarıyı anlamlı bir şekilde yordadığı; arkadaşına bağlanma ve algılanan stres düzeyinin akademik başarıyı anlamlı bir şekilde yordamadığı görülmektedir. Ergenlerin ebeveyne bağlanmaları akademik başarılarındaki toplam varyansın %2'sini açıklamaktadır. Başka bir ifadeyle ergenlerin ebeveyne bağlanmalarının akademik başarıları üzerinde olumlu yönde etki ettiği görülürken, arkadaşına bağlanma ve algılanan stres düzeylerinin akademik başarılarına istatistiksel açıdan herhangi bir etkisi olmadığı görülmektedir.

Çalışmamızı destekler nitelikte Sumbas ve Sezer (2017) tarafından yapılan çalışmada akademik başarının yüksek olması güvenli bağlanmaya işaret ettiği belirtilmiştir. Türktan (2004) anne babaya bağlanma ile akademik başarı arasında doğrusal bir ilişkiden söz etmektedir. Bağlanma düzeyi arttıkça akademik başarı da artmaktadır. Kolkhorst, Yazedjian ve Toews (2010) üniversite öğrencilerinde bağlanma stillerinin, üniversiteye uyum ve akademik başarılarını inceledikleri çalışma sonucunda ebeveyne bağlanmanın akademik başarı ile pozitif yönlü ilişki içinde ve bağlanma kalitesinin

akademik başarının tek yordayıcısı olduğunu belirtmektedir. Tüm bulgular incelendiğinde ebeveyne güvenli bağlanmanın akademik başarıyı yordadığı görülmektedir. Bağlanma kalitesi arttıkça akademik başarı da artmaktadır. Bebeklik döneminde olduğu ve hayatın geri kalanında da etkili olduğu söylenen bağlanma davranışı çalışmanın bulgularıyla örtüşmektedir. Bu nedenle doğumdan itibaren ebeveyn ile çocuk arasında güvenli bağlanmanın gelişimi son derece önemlidir.

5.2. Öneriler

İnsan, yaşamını ilişki ve temas kurarak devam ettiren bir canlıdır ve bu ilişki ve temaslar sonucunda oluşan bağlanma stilleri insan için son derece önemlidir. Bu çalışmada ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile algılanan stres düzeyleri ve akademik başarıları arasındaki ilişki incelenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonucunda ergenlerin ebeveyne ve arkadaşına bağlanmaları ile algılanan stres düzeyleri ve akademik başarıları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre ebeveyne bağlanma ile arkadaşına bağlanma pozitif; ebeveyne bağlanma ile algılanan stres düzeyi negatif; ebeveyne bağlanma ile akademik başarı pozitif yönde ilişkilidir. Başka bir deyişle ebeveyne bağlanma arttıkça arkadaşına bağlanma ve akademik başarı da artmakta algılanan stres düzeyi ise azalmaktadır.

Çalışma sonunda elde edilen bulguların ergenlerin ebeveyn ve arkadaşına bağlanmaları ve algılanan stres düzeyleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiyi açıkladığı, ergenleri anlama noktasında başta aileler olmak üzere öğretmenlere, psikolojik danışmanlara ve ruh sağlığı uzmanlarına fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanında araştırmadan elde edilen bulgular, öğretmen eğitim programlarında ve veli toplantılarında ergenleri anlamaya yönelik olarak kullanılabilir.

Bebeklik döneminde başlayan ve ergenlik döneminde kurulan ikili ilişkilerle şekillenmekte olan bağlanma davranışı, yaşamın geri kalan kısmına da etki etmektedir. Bu bağlamda hamilelik dönemindeki anne adayları doğumdan sonra bebekleri ile güvenli bağlanma geliştirmeleri için bilinçlendirilebilir, seminer ve eğitimler verilebilir. Okullarına devam etmekte olan ergen öğrenci ve ailelerini bilinçlendirmeye yönelik çalışmalar yapılabilir. İstenilen davranışları göstermekte zorlanan, akranlarıyla iyi ilişkiler geliştiremeyen öğrencileri anlamaya yönelik öğretmenler bilgilendirilebilir. Sağlıklı ilişkiler kuramayan, akademik başarısı istenilen düzeyde

olmayan öğrencilerle grupta psikolojik danışma veya bireyle psikolojik danışma uygulamaları yapılabilir.

Bu çalışma, İstanbul ili Küçükçekmece ilçesinde eğitimine devam etmekte olan lise öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Bundan sonraki çalışmalar için farklı örneklem gruplarıyla ve farklı eğitim düzeylerinde çalışmalar yapılarak bu gelişim dönemlerindeki sonuçlar karşılaştırılabilir.

Ebeveyn ve arkadaşla bağlanmanın daha iyi anlaşılabilmesi için ebeveyn tutumları, arkadaşlık ilişkileri, yalnızlık düzeyleri, akran zorbalığı gibi ilgili değişkenler ile ilişkisi incelenebilir.



KAYNAKÇA

- Abdullayev, A. (2019). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma biçimleri ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ahadi, B. & Narimani, M. (2010). Kişilik Özellikleri ve Eğitim Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *Trakya Bilimler Dergisi*, 8(3): 53-60.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E. ve Wall. S. (1978). *Patterns of Attachment*. Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Ainsworth, M. S. & Bowlby, J. (1991). An Ethological Approach to Personality Development. *American Psychologist*, 46(3): 333.
- Ainsworth, M.D.S. (1989). Attachments Beyond Infancy. *American Psychologist*, 44(4): 709-716.
- Akhun, İ. (1992). Mesleki ve Teknik Eğitim Fakültelerine Öğrenci Seçimi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(7): 325-334.
- Alıcıküşu, M. (2013). *Lise öğrencilerinde dindarlık ve akademik başarı ilişkisi Kahramanmaraş örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş.
- Alkan, N. (2004). *Cognitive appraisal, emotion, and coping: a structural equation analysis of the interactional model of stress and coping*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Allen, J. P. & Land, D. (1999). *Attachment in Adolescence* J. Cassidy, P. R. Shaver (Eds), *Handbook of Attachment Theory, Research and Clinical Applications*, New York: Guilford Press.
- Altıntaş, E. (2003). *Stres Yönetimi*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Altundağ, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinde bağlanma stilleri, stresle başa çıkma tutumları ve stresi algılama düzeyinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Anbumalar, C., Dorathy, A. P., Jaswanti, V. P., Priya, D., & Reniangelin, D. (2017). Gender Differences in Perceived Stress Levels and Coping Strategies among College Students. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(4): 22-33.
- Angst, J. & Vollrath, M. (1991). The Natural History of Anxiety Disorders. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 84(5): 446-452.
- Arı, F. A., (2015). *Evliliklerinde sorun yaşayan bireylerin bağlanma stilleri ve erken dönem uyumsuz şemalarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psikososyal gelişim dönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Arslan, I. (2018). Bilinçli Farkındalık, Depresyon Düzeyleri ve Algılanan Stres Arasındaki İlişki. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(2): 73-86.
- Atabek, E. (2002). *Erken Büyüyen Çocuklar*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.

- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C. and Hilgrad, E.R., (1995). *Psikolojiye Giriş* (K. Atakay, M. Atakay, A. Yavuz, Çev.). İstanbul: Sosyal Yayınları.
- Aydın, B. & İmamoğlu, S. (2001). Stresle Başa Çıkma Becerisi Geliştirmeye Yönelik Grup Çalışması. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 14(14): 41-52.
- Aydın, B. (2005). *Çocuk ve Ergen Psikolojisi*. (2. Baskı). İstanbul: Atlas Dağıtım.
- Aykol, O. (2015). *Kendine zarar verme davranışı olan ergenlerde bağlanma stilleri* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Aysan, F. (1988). *Lise öğrencilerinin stres yaşantılarında kullandıkları başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Aysan, F., Tanrıöğen, G. ve Tanrıöğen, A. (1996). Perceived Causes of Academic Failure Among the Students at the Faculty of Education at Buca. *Teacher Training for the Twenty First Century*, 73-85.
- Aytaç, S. (2015). Stres Kaynakları ve Stresin Psikolojik Semptomlarının Öfke Kontrolü ile İlişkisi: Polis Memurları Üzerine Bir Araştırma. *In Journal of Social Policy Conferences*, 69(2): 1-27.
- Bacanlı, H. (1997). *Sosyal İlişkilerde Benlik, Kendini Ayarlama Psikolojisi*. İstanbul: MEB Yayınları.
- Bacanlı, H. (2005). *Gelişim ve Öğrenme*. Ankara: Nobel Yayın ve Dağıtım.
- Bahadır, Ş. (2006). *Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözme stratejileri ve olumsuz duygu durumunu düzenleme arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Balcı, A. (2017). *Webquest (Web macerası) öğrenme yönteminin Türk edebiyatı dersindeki akademik başarıya etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Balıkesir.
- Baltaş, Z. ve Baltas, A. (2012). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Baltes, M. M., & Silverberg, S. B. (1994). The Dynamics between dependency and autonomy: Illustrations across the life span. In D. L. Featherman, R. M. Lerner, & M. Perlmutter (Eds.), *Life-span developmental behavior* (pp. 41-90). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of A Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2): 226-244.
- Basut, E. (2004). *Suçta yönelen ve yönelmeyen ergenlerin stresle başa çıkma ve kişilik örüntüleri yönünden incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Baş, N. (2013). *Ergenlerin bağlanma stilleri ve kimlik statüleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Batıgün A. D., Şahin, N. H. ve Demirel E. K. (2011). Bedensel Hastalıkları Olan Bireylerde Stres, Kendilik Algısı, Kişilerarası Tarz ve Öfke İlişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(4): 45-54.

- Baykal, T. (1996). *Lise öğrencilerinin ruh sağlığının, çocuk yetiştirme biçimi ve başa çıkma mekanizmaları ile ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
- Bayraktar, F., Sayıl, M. ve Kumru, A. (2009). Liseli Ergenler ve Üniversiteli Gençlerde Benlik Saygısı: Ebeveyn ve Akarana bağlanma, Empati ve Psikolojik Uyum Değişkenlerinin Rolü [Selfesteem Among High-School Adolescents and College Students: The Role of Parental and Peer Attachment, Empathy and Psychological Adjustment Variables]. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63): 48-68.
- Baysal, A. ve Özgenel, M. (2019) Ortaokul Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri ve Öz-Düzenleme Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 15(2): 142-152.
- Bee, H., ve Boyd, D. (2009). *Çocuk Gelişim Psikolojisi* (Cev. O. Gunduz). İstanbul: Kaknus Yayınları.
- Bell, S. A. A., & Ainsworth, M. D. S (1972). Infant Crying and Maternal Responsiveness. *Child Development*, 43: 1171-1190.
- Biddle, K. A. G., Garcia-Nevarez, A., Henderson, W. J. R. ve Valero-Kerrick, A. (2013). *Early Childhood Education: Becoming a Professional*. Los Angeles: Sage.
- Bindal, G. (2018). *Ergenlerin psikolojik sağlamlığının (resilience), çocukluk çağındaki travma ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Birkök, C. (2000). Poliste Çatışma ve Stres Yönetimi. *Adapazarı Polis Teşkilatına Verilen Konferans Metni*. Adapazarı.
- Blos, P. (1967). The Second Individuation Process of Adolescence. *The Psychoanalytic Study of The Child*, 22(1): 162-186.
- Bowlby, J. (1940). The Influence of Early Environment in the Development of Neurosis and Neurotic Character. *The International Journal of Psychoanalysis*, 21: 154-178.
- Bowlby, J. (1958). The Nature of The Child's Tie to His Mother. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39: 350-373.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Attachment Volume I*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1998). *Güvenli Bir Dayanak: Ebeveyn-Çocuk Bağlanması Sağlıklı İnsan Gelişimi*. İstanbul: İklim.
- Bozanoğlu, İ (2005). Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grup Rehberliğinin Güdülenme, Benlik Saygısı, Başarı ve Sınav Kaygısı Düzeylerine Etkisi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 38(1): 17-42.
- Brown, G. W., Bifulco, A., Harris, T., & Bridge, L. (1986). Life Stress, Chronic Subclinical Symptoms and Vulnerability to Clinical Depression. *Journal of Affective Disorders*, 11(1): 1-19.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

- Bukatko, D., & Daehler, M. W. (2004). *Child Development: A Thematic Approach*. Boston: Houghton Mifflin.
- Burger, J. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2019). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, (26. bs). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyükşahin, A. (2001). *Yakın ilişki kuran ve kuramayan üniversite öğrencilerinin çeşitli sosyal psikolojik etkenler yönünden karşılaştırılması (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Cassem, E. H. (1995). Depressive Disorders in The Medically Ill: An Overview. *Psychosomatics*, 36(2): 2-10.
- Cassidy, J. (1988). Child-Mother Attachment and The Self in Six-Year-Olds. *Child development*: 121-134
- Ceritli, U. (2016). *Lise ergenlerinde bağlanma stillerinin problemleri internet kullanımına etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. İstanbul Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ceylan, D. (2017). *Coğrafya eğitiminde 5E modeliyle uygulanan bağlam temelli öğretim yaklaşımının akademik başarıya etkisi (Yayınlanmamış Doktora Tezi)*. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (2005). Child Maltreatment. *Annu. Rev. Clin. Psychol.*, 1: 409-438.
- Colby Jr, J. P., Linsky, A. S., & Straus, M. A. (1994). Social Stress and State-to-State Differences in Smoking and Smoking Related Mortality in the United States. *Social Science & Medicine*, 38(2): 373-381
- Conway, T. L., Vickers Jr, R. R., Ward, H. W., & Rahe, R. H. (1981). Occupational Stress and Variation in Cigarette, Coffee, and Alcohol Consumption. *Journal of Health and Social Behavior*, 22: 155-165.
- Crouter, A. C, Manke, B. A. ve McHale, S. M. (1995). The Family Context of Gender Intensification in Early Adolescence. *Child Development*, 66: 317-329.
- Cüceloğlu, D. (2006). *İnsan ve Davranışı*, (25. bs). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çankaya, Ö. (1997). *The relationship among test anxiety, self-esteem and academic achievement in eleventh grade students (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çapri, B., & Sönmez, G. Y. (2013). Investigation of burnout scores of high school students according to socio-demographic variables, psychological symptoms and attachment styles [Lise öğrencilerinin tükenmişlik puanlarının sosyo-demografik değişkenler, psikolojik belirtiler ve bağlanma stilleri açısından incelenmesi]. *Journal of Human Sciences*, 10(2): 195-218.
- Çekiç, İ. (2020). *Üniversite öğrencilerinin geriye dönük olarak algılamış oldukları anne-babaya bağlanma örüntüsünün psikolojik dayanıklılık ve stresle başa çıkma tarzları üzerindeki etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Haliç Üniversitesi, İstanbul.

- Çelik, G. (2007). *Çocuk ve ergen ruh sağlığı ve hastalıkları kliniğine başvuran ergenlerin özellikleri* (Uzmanlık Tezi). Çukurova Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Adana.
- Çetin, N., Güngör Aytar, A., Pak, M. ve Artık, A. (2017). Ergenlerde Anne-Baba ve Arkadaşlara Bağlanma Biçimleri ile Romantik İlişkilerde Sorun Çözmeleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 27(2): 79-95.
- Çiftçi, H. (2018). Akran İlişkileri Düzeylerinin Karşılaştırılması: Lise Öğrencileri Üzerine Bir İnceleme. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(3): 1516-1535.
- Çiftçi, M. P. (2002). *Bir grup lise öğrencisinin stresle başa çıkma yolları ile strese karşı duyarlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çoban, G. İ., ve Türer, S. (2014) Ahlaki Gelişim ve Hemşirelik. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 3(3): 948-958
- Çuhadaroğlu, F., Canat, S., Kılıç, E., Şenol, S., Rugancı, N., Öncü, B., Hoşgör, A.G., Işıklı, S., Avcı, A. (2004). Ergen ve Ruhsal Sorunlar. *Durum saptama çalışması. Türkiye Bilimler Akademisi (TÜBA) Raporları*, Ankara.
- Dacey, J., & Kenny, M. (1994). *Adolescent Development*. Madison, WI: Brown & Benchmark.
- Dacey, J.S. ve Travers, J.F. (1996). *Human Development*, (3rd ed.). Chicago: Benchmark Publishers.
- Dağlı, M. E. (2006). *Ergenlikte zekâ bölümü, duygusal zekâ ve akademik başarı arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Deniz, M. (2006). Ergenlerde Bağlanma Stilleri ile Çocukluk İstismarları ve Suçluluk-Utanç Arasındaki İlişki. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (22): 89-99.
- Dereboy, İ. F. (1993). *Kimlik Bocalaması, Anlamak, Tanımak, Ele Almak*. Malatya, Özmert Ofset.
- Dinç, B. (2010). *Ergenlik döneminde beden imgesinin gelişimi üzerine aile, akran ve televizyonun etkilerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dinçel, E. (2006). *Ergenlik dönemi gelişimsel Ödevleri ve psikolojik problemler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, T. (1999). *Başkent Üniversitesi öğrencilerinin stresle başa çıkma stratejilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Doyle, A.B., Lawford, H. ve Markiewicz, D. (2009). Attachment Style With Mother, Father, Best Friend, and Romantic Partner During Adolescence. *Journal Of Research On Adolescence*, 19(4): 690–714.
- Eisenbarth, C. A. (2019). Coping with Stress: Gender Differences among College Students. *College Student Journal*, 53(2): 151-162.

- Eisenberg, M. E., Neumark-Sztainer, D., & Perry, C. L. (2003). Peer Harassment, School Connectedness, and Academic Achievement. *Journal of School Health* 73(8): 311-316.
- Ekeh, P. U. (2012). Children's Attachments Styles, Academic Achievement and Social Competence at Early Childhood. *African Research Review*, 6(4): 335-348.
- Ekşi, A. (1990). *Çocuk, Genç, Ana Babalar*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Ekşi, A. (2011). *Ben Hasta Değilim "Çocuk Sağlığı ve Hastalıklarının Psikososyal Yönü"* (2. Basım). Ankara: Nobel Tıp Kitabevleri.
- Ekşim, S. (2016). *Bağlanma stilleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Engin, A. O., Aksakal, İ., Seven, M. A. ve Sayan, A. (2016). Öğrenme ve Stres Arasındaki İlişki. *Ekev Akademi Dergisi*, 20(66): 107-128.
- Engin, A. O., Demirci, N. ve Yeni, E. (2013). Stres ve Öğrenme Arasındaki İlişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(2): 290-299.
- Eren, E. (2010). *Örgütsel Davranış ve Yönetim Psikolojisi*. İstanbul: Beta Yayınları.
- Erol, F. (2015). *Üstün zekâlı ergenlerin akran ilişkileri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Eryüksel, G. N. (1987). *Ergenlerde kimlik statülerinin incelenmesine ilişkin kesitsel bir çalışma* (Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Erzen, E. (2013). *Üniversite sınavına hazırlanan ergenlerin bağlanma stilleri ve öz yeterlikleri ile sınav kaygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F. ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan Stres Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Güvenirlilik ve Geçerlik Analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 51(3): 132-140.
- Faravelli, C., & Pallanti, S. (1989). Recent Life Events and Panic Disorder. *The American Journal of Psychiatry*, 146(5): 622-626.
- Fass, M. E. & Tubman, J. G. (2002). The Influence of Parental and Peer Attachment on College Students' Academic Achievement. *Psychology in the Schools*, 39(5): 561-573.
- Feldman, R. S. (2017). *Development Across the Life Span, Global Edition* (8th ed.) London: Pearson Education.
- Fischer, N. & Theis, D. (2014). Quality of Extracurricular Activities-Considering Development Changes in The Impact on School Attachment and Achievement. *Journal for Educational Research Online*, 6(3): 54-75.
- Freeman, H., & Brown, B. B. (2001). Primary Attachment to Parents and Peers During Adolescence: Differences by Attachment Style. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6): 653-674.

- Galambos, N. L., Almeida, D. M. ve Petersen, A. C. (1990). Masculinity, femininity, and sex role attitudes in early adolescence: Exploring gender intensification. *Child Development, 61*: 1905-1914.
- Gallardo, L. O., Barrasa, A., & Guevara-Viejo, F. (2016). Positive Peer Relationships and Academic Achievement Across Early and Midadolescence. *Social Behavior and Personality: an International Journal, 44*(10): 1637-1648.
- Gambaro, M. E., Enright, R. D., Baskin, T. A., & Klatt, J. (2008). Can School-Based Forgiveness Counseling Improve Conduct and Academic Achievement in Academically At-Risk Adolescents. *Journal of Research in Education, 18*(16-27): 1-29.
- Gander, J. G. ve Gardiner W. H. (2010). *Çocuk ve Ergen Gelişimi* (A. Dönmez, N. Çelen ve B. Onur Çev.). İstanbul: İmge Kitabevi.
- Gazioğlu, E. (2015). *Bağlanma stilleri, algılanan sosyal destek, benlik saygısı ve kişilik özellikleri bakımından ergenlerin stresle başa çıkma tarzları* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Geçtan, E. (2005). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Hür Yayınevi.
- Goguen, L. M. S., Hiester, M. A., & Nordstrom, A. H. (2010) Associations Among Peer Relationships, Academic Achievement, and Persistence in College. *Journal of College Student Retention: Research, Theory & Practice, 12*(3): 319-337.
- Gordana, K. J., Gordana K., Irma, B. (2006). *Attachment styles of parents of adolescents and their parenting behavior (Unpublished Degree of Master)*. University of Zagreb, Department of Psychology, Zagreb.
- Gökoğlu, A. G. (2021). Kadınların Sağlık Okuryazarlığı Düzeyinin Sağlık Davranışlarına ve Çocuk Sağlığına Etkisi. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi-BÜSBİD, 6*(2): 132-148.
- Göksel, A. ve Tomruk, Z. (2016). Akademisyenlerde Stres Kaynakları ile Stresle Başa Çıkmada ve Stres Durumunda Gösterilen Davranışların İlişkisi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 20*(2): 315-343.
- Grotevant, H. D. (1995). Kişilik Gelişimi. J.F. Adams (Ed) *Ergenliği anlamak* (Ö. H. Ersever (Çev.). B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi.
- Gustems-Carnicer, J., Calderôn, C., & Calderôn-Garrido D. (2019). Stress, Coping Strategies and Academic Achievement in Teacher Education Students. *European Journal of Teacher Education, 42*(3): 375-390.
- Gücüyeter, N. (2003). *Lise öğrencilerinin kullandıkları başa çıkma stratejileri ile kendini kabul düzeyleri arasındaki ilişkiler*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Güçlü, N. (2001). Stres Yönetimi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 21*(1): 91-109.
- Güleç, Y. (2002). *Ergenlerin öfke yaşantıları, benlik alguları ve akademik başarı ilişkileri* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Günce, G., Ünlüoğlu, G., Gürkaynak, İ., Zeytinoğlu, S., Çileli, M., Dönmez, A., Öner, U. ve Onur, B. (1985). *Ergenlik Psikolojisi*. Ankara: Hacettepe Taş Kitapçılık.

- Gündaş, A. (2013) *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Gürsu, O. (2011). *Ergenlik döneminde psikolojik sağlık ve dindarlık ilişkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Hammen, C. (2005) Stress and Depression. *Annu. Rev. Clin. Psychol*, 1: 293-319.
- Harvey, A. G., Jones, C. ve Schmidt, D. A. (2003). Sleep and Posttraumatic Stress Disorder: A Review. *Clinical Psychology Review*, 23(3): 377-407.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology* 52(3): 511-524.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1990). Love and work: An Attachment-Theretical Perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2): 270-280.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an Organizational Framework for Research on Close Relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1): 1-22.
- Hergenhahn, B. R., & Henley, T. (2013). *An Introduction to the History of Psychology*. Belmont, CA: Thomson Wadsworth.
- Hetherington, E. M., Parke, R. D., & Locke, V. O. (1999). *Child Psychology: A Contemporary Viewpoint* (5th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Hoffman, M. A., Levy-Shiff, R. ve Ushpiz, V. (1993). Gender Differences in the Relation Between Stressful Life Events and Adjustment Among School-Aged Children. *Sex Roles*, 29: 441-455.
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11: 213-218.
- Hopkins, K. D., & Weeks, D. L. (1990). Tests for Normality and Measures of Skewness and Kurtosis: Their Place in Research Reporting. *Educational and Psychological Measurement*, 50(4): 717-729.
- Hovardaoğlu, S. (1997). Stres Belirtileri ile Durumsal ve Sürekli Kaygının Yordanması. *Kriz Dergisi*, 5(2): 127-134.
- Howard, A. K.; & Ziomek-Daigle, J. (2009). Bonding, Achievement, and Activities: School Bonding, Academic Achievement, and Participation in Extracurricular Activities. *Georgia School Counselors Association Journal*, 16(1): 39-48.
- Howard, M. S.; & Medway, F. J. (2004). Adolescents' Attachment and Coping with Stress. *Psychology in the Schools*, 41(3): 391-402.
- İkinci, M. (2003). *Ergenlerde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile başa çıkma davranışları arasındaki ilişki*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- İnanç, B. Y., Bilgin, M. ve Atıcı, M., (2004). *Gelişim Psikolojisi*. Adana: Nobel Kitabevi.
- İnce-Yakar, H. G. (2011). *Destan öğretiminde film kullanımının ortaöğretim Türk edebiyatı derslerindeki akademik başarıya etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

- Kaner, S. (2002). Akran İlişkileri Ölçeği ve Akran Sapması Ölçeği Geliştirme Çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 33(1-2): 77-89.
- Karaşar, B. (2014). Öğretmen Adaylarının Bağlanma Stilleri ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1): 27-49.
- Karaşar, B. (2016). Lise Öğrencilerinde Okula Bağlanma ve Akademik Başarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 49(1): 21-42.
- Karavasiliş, L., Doyle, A.B., & Markiewicz, D. (2003). Associations Between Parenting Style and Attachment Orientation in Middle Childhood and Early Adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 27(2): 153-164.
- Karacıoğlu, F., & Yakupoğulları, C. (2001). Meslek Yüksekokullarının Örgütsel Çatışma ve Uzlaşma Düzeylerinin Tespitine Yönelik Bir Araştırma. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 15(1-2): 230-263.
- Kavas, E. (2013). Dini Tutum-Stresle Başa Çıkma İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (37): 143-168.
- Kavlak, O. & Şirin, A. (2009). Maternal Bağlanma Ölçeğinin Türk Toplumuna Uyarlanması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1): 188-202.
- Kaya, N. B. (2019). *Liseli ergenlerin ebeveyne bağlanma stilleri, empati düzeyleri ve saldırgan davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S.Ö. ve Üstündağ, M.F. (2011). Bağlanma ve Psikopatoloji. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2): 321-342.
- Keskin, G., & Çam, O. (2008). Ergenlerin Ruhsal Durumları ve Anne Baba Tutumları ile Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi/Relationship between mental health, parental attitude and attachment style in adolescence. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 9(13): 139-147.
- Kessing, L. V., Agerbo, E., ve Mortensen, P. B. (2003). Does the Impact of Major Stressful Life Events on the Risk of Developing Depression Change Throughout Life? *Psychological Medicine*, 33(7): 1177-1184.
- Kılıç, T. ve Kümbetlioğlu, M. (2016). Bağlanma Stillerinin İletişim Becerilerine Etkisini Araştırma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3): 381-396.
- Kolkhorst, B., Yazedjian, A., & Toews, M. (2010). A Longitudinal Examination of Parental Attachment, College Adjustment, and Academic Achievement. *Journal of the First-Year Experience & Students in Transition*, 22(1): 9-25.
- Köknel, Ö. (2001). *Anababa Okulu "Ergenlik Dönemi"* (9. Basım) İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kuiper, N. A., Olinger, L. J., & Lyons, L. M. (1986). Global Perceived Stress Level as a Moderator of The Relationship Between Negative Life Events and Depression. *Journal of Human Stress*, 12(4): 149-153.
- Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Kurt, C. (2018). *9. sınıf ilk ve orta çağlarda Avrasya ünitesinin drama yöntemiyle öğretilmesinin akademik başarıya etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1985). *Stress: Appraisal and Coping*. New York: Springer.
- Linsky, A. S., & Strauss, M. (1986). *Social Stress in the United States: Links to Regional Patterns in Crime and Illness*. Dover, MA: Auburn House.
- Linsky, A. S., Straus, M. A., & Colby Jr, J. P. (1985) Stressful events, Stressful Conditions and Alcohol Problems in the United States: A Partial Test of Bales's Theory. *Journal of Studies on Alcohol*, 46(1): 72-80.
- Lowenthal, B. (1998). The Effects of Early Childhood Abuse and the Development of Resiliency. *Early Child Development and Care*, 142(1): 43-52.
- Main, M., Kaplan, N. ve 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.
- Mararcine, M. (2010). The Concept of Stress and Ways of Managing It. *Economia Seria Management*, 13(1): 179-186.
- Marcintus, W. C., Berry, K. S. W. ve Gordons, J. R. (2007). The Relationship of Social Support to the Work Family Balance and Work Outcomes of Midlife Women. *Women in Management Review*, 22(2), 86-111.
- Marcotte, D., Alain, M. ve Gosselin, M. J. (1999). Gender Differences in Adolescent Depression: Gender-typed Characteristics or Problem-Solving Skills Deficits, *Sex Roles*, 41(1): 31-48.
- McDaniel, J. S., Musselman, D. L., Porter, M. R., Reed, D. A. ve Nemeroff, C. B. (1995). Depression in Patients with Cancer: Diagnosis, Biology and Treatment. *Archives of General Psychiatry*, 52(2): 89-99.
- McLoughlin, J.A., & Lewis, R. B. (2002). *Özel Gereksinimli Öğrencilerin Ölçümlenmesi*. Ankara: Gündüz Yayınevi.
- Moon, H. J. (2012). Determinants of Academic Achievement Among High School Seniors. *International Journal of Human Ecology*, 13(1): 17-28.
- Morgan, G. (1993). *İşte ve Yaşamda Stresi Yenmenin Yolları*, (Çağla, Ş. Çev.). İstanbul: Ruh Bilim Yayınları.
- Morsünbül, Ü., & Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3): 553-570.
- Muuss, R. (1998). *Theories of Adolescence*. Random House: McGraw-Hill.
- Neisser, U., Boodoo, G., Bouchard Jr, T. J., Boykin, A. W., Brody, N., Ceci, S. J., Halpern, D.F., Loehlin, J.C., Perloff, R., Sternberg, R. J. & Urbina, S. (1996). Intelligence: Knowns and Unknowns. *American Psychologist*, 51(2): 77-101.
- Nurmi, J. E. (1991). How Do Adolescents See Their Future? A Review of the Development of Future Orientation and Planning. *Developmental Review* 11(1): 1-59.

- Oğul, M. (2000). *Roles of perceived control and coping strategies on depressive and anxiety symptoms of adolescents*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.
- Onur, N. (2006). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ile atılganlık düzeyleri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özby, H ve Öztürk, E. (1992). *Gençlik*. İstanbul: İletişim Yayıncılık.
- Özby, H, Şahin, N, Hınçal, G, Güngör, S., Öztürk, E, Mavili-Aktaş, A., Aybaş, M ve Göka, E. (1991). Ergenlikte Benlik İmajı: Çalışan ve Öğrenci Ergenler Arasında Karşılaştırmalı Bir Çalışma. *3P Dergisi*, 2(2): 82-95.
- Özdemir, S. (2015). *Ergenlerde siber zorbalık ve mağduriyetin, anne-baba ve akran ilişkilerine göre incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Özdemir, Y. ve Koruklu, N. (2013). İlk Ergenlikte Ana-Babaya Bağlanma, Okula Bağlanma ve Yaşam Doyumu. *İlköğretim Online*, 12(3): 836- 848.
- Özer, İ. (2001). *Ergenlerin stres yaşantılarında kullandıkları başa çıkma stratejilerinin benlik imajı ile ilişkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Öztemiz, A. B. (2004). *Örgütsel stres yönetimi ve uçucu personel üzerine bir uygulama* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Parman, T. (1998). Ergenlikte etkinlikler olarak aşk, cinsellik ve ölüm: Ergenlik döneminde cinsellik (Gelişim ve Sorunları). (Ed. Selahattin Erol, Neslihan Rugancı). Ankara, *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Derneği Yayınları: 2*.
- Paterson, R. J., & Moran, G. (1988). Attachment Theory, Personality Development, and Psychotherapy. *Clinical Psychology Review*, 8(6): 611-636.
- Paykel, E. S. (2001). Stress and Affective Disorders in Humans. *Seminars in Clinical Neuropsychiatry*, 6(1): 4-11.
- Perrine, R. (1998). Stress and College Persistence as a Function of Attachment Style. *Journal of The First Year Experience and Students in Transition*, 11(1): 25-38.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. (1984). Causal Explanations as a Risk Factor for Depression Theory and Evidence. *Psychological Review*, 91(3): 347.
- Pettinger, R. (2002). *Stress Management*. Oxford: Capstone Publications.
- Polusny, M. A., & Follette, V. M. (1995). Long-Term Correlates of Child Sexual Abuse: Theory and Review of the Empirical Literature. *Applied and Preventive Psychology*, 4(3): 143-166.
- Poormahmood, A., Moayedi, F., & Alizadeh, K. H. (2017). Relationships between Psychological Well-Being, Happiness and Perceived Occupational Stress among Primary School Teachers. *Archives of Hellenic Medicine/Arheia Ellenikes Iatrikes*, 34(4): 504-510.
- Raja, S. N., McGee, R. & Stanton W. R. (1992). Perceived Attachments to Parents and Peers and Psychological Well-Being in Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(4): 471-485.

- Reich, W.A. ve Siegel, H. (2002). Attachment, Ego-Identity Development and Exploratory Interest in University Students. *Asian Journal of Social Psychology*, 5(2): 125-134.
- Richlin-Klonsky, J. & Hoe, R. (2003). Sources and levels of stress among UCLA students. Retrieved in October, 2012 from <http://www.sairo.ucla.edu/SAIRO>
- Russel, G.D. (2008). *Adolescent attachment: predicting social support, love styles, and risky sexual behavior (Unpublished PhD Dissertation)*. The University of South Dakota, Educational Psychology Program, South Dakota.
- Rücker, J. C. (2012). *The relationship between otivation, perceived stress and academic achievement in students (Unpublished Bachelor's Thesis)*. University of Twente, Enschede.
- Santrock, J. W. (2015). *Yaşam Boyu Gelişim: Gelişim Psikolojisi: Life-Span Development*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Sarier, Y. (2016). Türkiye’de Öğrencilerin Akademik Başarısını Etkileyen Faktörler: Bir Meta-Analiz Çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31(3): 609- 627.
- Saruhan, Y. (2019). *Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ile karakter güçleri ve akademik başarı arasındaki ilişki (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Saya, P. (2006). *The relationship between attachment styles and perfectionism in high school students (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Saymaz, İ. (2003). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Schiffirin, H. H., & Nelson, S. K. (2010). Stressed and Happy? Investigating The Relationship Between Happiness and Perceived Stress. *Journal of Happiness Studies*, 11(1): 33-39.
- Seaward, B. L., (2017). *Managing Stress*. Massachusetts: Jones & Bartlett Learning.
- Seiffge-Krenke, I. ve Beyers, W. (2005). Coping Trajectories from Adolescence to Young Adulthood: Links to Attachment State of Mind. *Journal of Research on Adolescence*, 15(4): 561-582.
- Selye, H. (1976). Forty Years of Stress Research: Principal Remaining Problems and Misconceptions. *Canadian Medical Association Journal*, 115(1): 53-56.
- Senemoğlu N. (2000). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Sevingil, F. N. (2018). *7-12 yaş çocuklarının bağlanma stilleri ile okul başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi: Tarsus ilçesi uygulaması (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Seyis, S., Yazıcı, H. ve Altun, F. (2011). Ortaöğretim Öğrencilerinin Motivasyonları ve Duygusal Zekâları ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişki. *Milli Eğitim Dergisi*, 43(197): 51-63.

- Shaffer, D. R., & Kipp, K. (2014). *Developmental Psychology: Childhood and Adolescence*. Wadsworth: Cengage Learning.
- Shi, L. (2003). The Association Between Adult Attachment Styles and Conflict Resolution in Romantic Relationships. *American Journal of Family Therapy*, 31(3): 143-157.
- Shin, S. E., Kim, N. S., & Jang, E. Y. (2011). Comparison of Problematic Internet And Alcohol Use and Attachment Styles Among Industrial Workers in Korea. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(11): 665-672.
- Short, J. L. (2002). The Effects of Parental Divorce During Childhood on College Students. *Journal of Divorce & Remarriage*, 38(1-2): 143-155.
- Sinha, N., & Sharma, R. (2009). Sources of Stress for Management Students: A Descriptive Analysis. *ICFAI Journal of Soft Skills*, 3(1): 56-68.
- Soric, I. (1999). Anxiety and Coping in the Context of a School Examination. *Social Behavior and Personality: an International Journal*, 27(3): 319-330.
- Soysal, A. (2009). Farklı Sektörlerde Çalışan İşgörenlerde Örgütsel Stres Kaynakları: Kahramanmaraş ve Gaziantep'te Bir Araştırma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(2): 333-359.
- Sroufe, L. A. (2005). Attachment and Development: A Prospective, Longitudinal Study from Birth to Adulthood. *Attachment & human development*, 7(4): 349-367.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. (Çok, F. Çev.). Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Steuber, K. (2005). *Adult attachment, conflict style, and relationship satisfaction: a comprehensive model*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). University of Delaware, Newark, USA.
- Stranks, J. (2005). *Stress at Work Management and Prevention*. London: Elsevier Book Aid International.
- Sumbas, E. ve Sezer, Ö. (2017). Ortaokul Öğrencilerinde Anne Babaya Bağlanmanın İncelenmesi, *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1): 288-310.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999) Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürarası Bir Karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43): 71-108.
- Sümer, N. ve Şendağ, M. A. (2009). Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma, Benlik Algısı ve Kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63): 86-101.
- Şahin, A. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Stres Düzeylerinin Fakülte Türü ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1): 28-35.
- Şahin, G., & Sürücü, A. (2011). Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Ergenlerde Bağlanma ve Kimlik. *Education Sciences*, 6(1): 1318-1334.
- Şahin, N. H., Gökler, B., Şahin, N., Erkal, B., Araz, A., D. Batıgün, A., Gökler, I. ve Yılmaz, B. (2003). Ergen ve Ruhsal Sorunlar: Durum Saptama Çalışması. *Proje Önerisi*, Ankara.
- Şanlı, Ö. (2017). Öğretmenlerin Algılanan Stres Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(61): 385-396.

- Şeker, B. G. (2009). *Lise öğrencilerinin bağlanma stilleri ve yaşam doyumlarının incelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Şimşek, A. (2012a). Araştırma Modelleri. A. Şimşek (Ed.), *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını No:1619: 80-107.
- Şimşek, A. (2012b). Evren ve Örneklem. A. Şimşek (Ed.), *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını No:1619: 108-134.
- Tarhan, N. (2013). *Mutluluk Psikolojisi: Stresi Mutluluğa Dönüştürmek*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Taştekin, E. (2016). *Ergenlerin arkadaşlık ilişkileri ve benlik saygısı ile siber zorbalık ve siber mağduriyet arasındaki ilişkiler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- TDK. (2021). Başarı. *Güncel Türkçe Sözlük*. <https://www.sozluk.gov.tr> [25.06.2021].
- TDK. (2021). Ergenlik. *Güncel Türkçe Sözlük*. <https://www.sozluk.gov.tr> [28.06.2021].
- TDK. (2021). Stres. *Güncel Türkçe Sözlük*. <https://www.sozluk.gov.tr> [25.06.2021].
- Tezcan, M. (1987). *Kültür ve Kişilik (Psikolojik Antropoloji)*. Ankara: Bilim Yayınları.
- Thompson, R.A. (2006). Erken Dönemde Bağlanma ve Sonraki Gelişim Üzerindeki Etkileri. *Türk Psikoloji Bülteni*, 12(38): 113-120.
- Timko, C., Moos, R. H., & Michelson, D. J. (1993). The Contexts of Adolescents' Chronic Life Stressors. *American Journal of Community Psychology*, 21(4): 397-420.
- Tokur, B. (2011). *Stres-dindarlık ilişkisi üzerine bir araştırma* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Tuncel, T. D. (2018) Türkiye’de 18-25 Yaş Grubu Üniversite Öğrencileri Arasında Görülen Depresyonun; Benlik Saygısı, Aile Bağlılığı, Akademik Başarı ve Cinsiyet ile Olan İlişkisi ve Depresyonda Olan Bu Öğrencilerin Süresi Sınırlı Psikodinamik Psikoterapi ile Tedavisi. *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1(2): 74-96.
- Tuşak, M., Dimec, T., Masten, R. & Tuşak, M. (2008). Stress and Health in Slovenian Army. *Kinesiologia Slovenica*, 14(1): 39-55.
- Tutar, H. (2000). *Kriz ve Stres Ortamında Yönetim*. İstanbul: Hayat Yayınları.
- Türksever, Ö. (2013). *Coğrafya öğretiminde kavramsal değişim yaklaşımının akademik başarıya etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Türktan, Ş. (2004). *İstanbul ili 6. sınıf öğrencilerinin aileye bağlanma düzeyleri ile algılanan özgüvenleri ve okul başarıları arasındaki ilişkiler* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tüzün, O., & Sayar K. (2006). Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji. *Düşünen Adam*, (1): 24-39.

- Van IJzendoorn, M. H., & De Wolff, M. S. (1997). In Search of the Absent Father- Meta-Analyses of Infant-Father Attachment: A Rejoinder to Our Discussants. *Child development*, 68(4): 604-609.
- Ward, J. C. & Abbey, A. (2005). *Organisational Stress*. London: Palgrave Macmillan.
- Waters, L. (2011). A Review of School-Based Positive Psychology Interventions. *The Educational and Developmental Psychologist*, 28(2): 75-90.
- Weimer, B.L., Kerns, K.A., & Oldenburg, C.M. (2004). Adolescents' Interactions with a Best Friend: Associations with Attachment Style. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88(1): 102-120.
- Welch, S. L., Doll, H. A., & Fairburn, C. G. (1997). Life Events and The Onset of Bulimia Nervosa a Controlled Study. *Psychological Medicine*, 27(3): 515-522.
- Wentzel, K. R. (1994). Family Functioning and Academic Achievement in Middle School A Social-Emotional Perspective. *The Journal of Early Adolescence*, 14(2): 268-291.
- White, K. R. (1982). The Relation Between Socioeconomic Status and Academic Achievement. *Psychological Bulletin*, 91(3): 461-481.
- Wilkinson, R.B., & Walford, W.A. (2001). Attachment and Personality in The Psychological Health of Adolescents. *Personality and Individual Differences*, 31(4): 473-484.
- Windmiller, M. (1995). Ahlak Gelişimi ve Ahlaki Davranış. J.F. Adams (Ed) *Ergenliği Anlamak* (Öngen, D. Çev.) B. Onur (Ed.). Ankara: İmge Yayınevi.
- Wong, E. H., Wiest, D. J., & Cusick, L. B. (2002). Perceptions of Autonomy Support, Parent Attachment, Competence and Self-worth as Predictors of Motivational Orientation and Academic Achievement: An Examination of Sixth-and Ninth-grade Regular Education Students. *Adolescence*, 37(146): 255.
- Woolfe, R. & Dryden, W. (1996). *Handbook of Counselling Psychology*. London: Sage.
- Yaşar, M. ve Balkıs, M. (2004) Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesinde Yaz Okuluna Kayıt Yaptıran Öğrencilerin Başarısızlık Nedenlerinin İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1): 130-165.
- Yavuz, M., Yüksel, N. ve Yavuz, B. G. (2018). Ebeveyne ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Gözden Geçirilmiş Formunun Psikometrik Açından Değerlendirilmesi ve Ergenlik Depresyonu ile İlişkisi, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 19(2): 72-79.
- Yavuzer, H. (2005). *Çocuk Psikolojisi*. (9. basım) İstanbul: Remzi Kitabevi A.Ş.
- Yazıcıoğlu, G. (2011). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ve stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişki: ODTÜ örneği* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Yenidünya, A. (2005). *Lise öğrencilerinde rekabetçi tutum, benlik saygısı ve akademik başarı ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yenigün, F. (2019). *Ergenlik döneminde algılanan anne baba tutumlarının bireyin ruhsal durumları ve akran ilişkileri üzerindeki etkileri* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Yıldırım, C. (2018). *Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerinin internet bağımlılığı ve algılanan stres düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldırım, İ. (2006) Akademik Başarının Yordayıcısı Olarak Gündelik Sıkıntılar ve Sosyal Destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30(30): 258-267.
- Yıldırım, S. (2016). *Genetik çeşitliliğin modelle öğretiminin akademik başarıya etkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Yılmaz, B. (2007). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası iletişim becerileri ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Yılmaz, E. (2015). *Ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul.
- Yörükoğlu, A. (2000). *Gençlik Çağı-Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yurtsever, H. (2009). *Kişilik özelliklerinin stres düzeyine etkisi ve stresle başa çıkma yolları: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Yüçetürk, O. K. (2018). *Lise öğrencilerinde sosyal dışlanmanın akran ilişkileri ve mükemmeliyetçilik ile ilişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yüksel, H. (2014). Çalışma Yaşamı ve Stres Kavramı: Durumsal Bir Yaklaşım. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(3): 110-131.
- Zimmerman, P., Wittchen, H. U., Hofler, M., Pfister, H., Kessler, R. C., & Lieb, R. (2003). Primary anxiety disorders and the development of subsequent alcohol use disorders: a 4-year community study of adolescents and young adults. *Psychological medicine*, 33(7): 1211-1222.
- Zimmermann, P. (2004). Attachment representations and characteristics of friendship relations during adolescence. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88(1): 83-101.
- Sample Size Calculator, <http://www.surveysystem.com/sscalc.htm> [10.05.2020].

EKLER

Ek 1: Demografik Bilgi Formu

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Cinsiyet: Erkek () Kadın ()

Yaş: ...

Sınıf: ...

Liseye yerleşme puanı/Yıl sonu başarı puanı: ...

Anne Eğitim Düzeyi: İlköğretim () Lise () Üniversite ()

Baba Eğitim Düzeyi: İlköğretim () Lise () Üniversite ()

Aylık Gelir: ...

Ek 2: Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden Geçirilmiş form

Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri-Gözden geçirilmiş form

a. Ebeveyn Envanteri

Ebeveynlerinizle (anne ve babanızla) ilişkileriniz hakkında bilgi sahibi olmak istiyoruz.

Lütfen her soruyu okuyunuz ve uygun rakamı işaretleyiniz. Lütfen her soruyu cevaplayınız.

	1-Hiç doğru değil	2-Bazen Doğru	3-Her Zaman Doğru
1. Annem ve babam duygularıma saygı gösterir.			
2. Annem ve babam iyi ebeveynlerdir.			
3. Farklı anne ve babaya sahip olmak isterdim.			
4. Annem ve babam beni olduğum gibi kabul eder.			
5. Bir sorunu çözmemde bana yardımcı olmaları konusunda annem ve babama güvenemem.			
6. Endişe ettiğim konularda, annem ve babamın görüşünü almak hoşuma gider.			
7. Üzgün olduğum zaman duygularımı göstermek yardımcı olmaz.			
8. Bir konuda üzgün olduğum zaman annem ve babam bunu anlayabilirler.			
9. Annem ve babamla sorunlarım hakkında konuştuğum zaman kendimi gülünç ya da utanmış hissederim.			
10. Annem ve babam benden çok fazla şey bekliyor.			
11. Evde kolayca mutsuz olurum.			
12. Annem ve babamın bildiğinden daha fazla üzgün olurum.			
13. Annem ve babamla bazı konular hakkında konuştuğum zaman, benim düşündüğüm şeylere kulak verirler.			
14. Annem ve babam benim duygularıma kulak verir.			
15. Annem ve babamın kendi sorunları var, bu yüzden onları kendi sorunlarımla rahatsız etmem.			
16. Annem ve babam kendimi daha iyi anlamamda bana yardımcı olurlar.			
17. Annem ve babama sorunlarım ve sıkıntılarımı anlatırım.			
18. Annem ve babamın yanında kendimi öfkeli hissediyorum.			
19. Evde pek ilgi görmüyorum.			
20. Annem ve babam endişelerim hakkında konuşmamı desteklerler.			
21. Annem ve babam beni anlarlar.			
22. Kime güvenebileceğimi bilmiyorum.			
23. Bir şey hakkında öfkeliysem, annem ve babam anlamaya çalışırlar.			
24. Annem ve babama güvenirim.			
25. Annem ve babam benim sorunlarımı anlamıyor.			
26. Bir sorun hakkında konuşma ihtiyacı hissedersen, annem ve babama güvenebilirim.			
27. Kimse beni anlamıyor.			
28. Ebeveynlerim benim bir konuda üzgün olduğumu bilirlerse, bana bu konuyu sorarlar.			

b. Arkadaş Envanteri

Arkadaşlarınızla ilişkileriniz hakkında bilgi sahibi olmak istiyoruz. Lütfen her soruyu okuyunuz ve uygun rakamı işaretleyiniz. Lütfen her soruyu cevaplayınız.

	1-Hiç doğru değil	2-Bazen Doğru	3-Her Zaman Doğru
1) Endişe ettiğim konularda arkadaşlarımın görüşünü almak hoşuma gider.			
2) Arkadaşlarım ben bir konuda üzgün olduğum zaman bu durumu anlayabilirler.			
3) Konuştuğumuz zaman, arkadaşlarım benim fikirlerimi dinlerler.			
4) Arkadaşlarım ile sorunlarım hakkında konuştuğum zaman kendimi gülünç ya da utanmış hissedirim.			
5) Farklı arkadaşlara sahip olmak isterdim.			
6) Arkadaşlarım beni anlarlar.			
7) Arkadaşlarım endişelerim hakkında konuşmamı desteklerler.			
8) Arkadaşlarım beni olduğum gibi kabul eder.			
9) Arkadaşlarımın etrafında daha sık olma ihtiyacı hissediyorum.			
10) Arkadaşlarım benim sorunlarımı anlamazlar.			
11) Arkadaşlarım ile beraberken, ortama aitmiş gibi hissetmem.			
12) Arkadaşlarım söylemem gereken şeyleri dinlerler.			
13) Benim arkadaşlarım iyi arkadaşlardır.			
14) Arkadaşlarım epey konuşulabilir kişilerdir.			
15) Bir şey hakkında öfkeliysem, arkadaşlarım anlamaya çalışırlar.			
16) Arkadaşlarım kendimi daha iyi anlamamda bana yardımcı olurlar.			
17) Arkadaşlarım nasıl hissettiğimi önemserler.			
18) Arkadaşlarımın yanında kendimi öfkeli hissediyorum.			
19) Bir şey beni rahatsız ederse, beni dinlemeleri için arkadaşlarıma güvenebilirim.			
20) Arkadaşlarıma güvenirim.			
21) Arkadaşlarım duygularıma saygı gösterir.			
22) Arkadaşlarımın bildiğinden daha fazla üzgün olurum.			
23) Arkadaşlarım benden nedensiz yere rahatsız olurlar.			
24) Arkadaşlarıma sorunlarımı ve sıkıntılarımı anlatırım.			
25) Arkadaşlarım benim bir konuda üzgün olduğumu bilirlerse, bana bu konuyu sorarlar.			

Ek 3: Algılanan Stres Ölçeği

Algılanan Stres Ölçeği

Aşağıda geçtiğimiz ay içerisindeki kişisel deneyimleriniz hakkında bir dizi soru yöneltilmektedir. Her soruyu dikkatlice okuyarak size en uygun seçeneğin altındaki kutuya bir çarpı işareti koyarak cevaplayınız. Soruların doğru veya yanlış cevabı yoktur. Önemli olan sizin duygu ve düşüncelerinizi yansıtan yanıtları vermenizdir.

	Hiçbir Zaman	Neredeyse Hiçbir Zaman	Bazen	Oldukça Sık	Çok Sık
1. Geçen ay, beklenmedik bir şeylerin olması nedeniyle ne sıklıkta rahatsızlık duyduunuz?					
2. Geçen ay, hayatınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi ne sıklıkta hissettiniz?					
3. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta sınırlı ve stresli hissettiniz?					
4. Geçen ay, ne sıklıkta gündelik zorlukların üstesinden başarıyla geldiniz?					
5. Geçen ay, hayatınızda ortaya çıkan önemli değişikliklerle etkili bir şekilde başa çıktığınızı ne sıklıkta hissettiniz?					
6. Geçen ay, kişisel sorunlarınızı ele alma yeteneğinize ne sıklıkta güven duyduunuz?					
7. Geçen ay, her şeyin yolunda gittiğini ne sıklıkta hissettiniz?					
8. Geçen ay, ne sıklıkta yapmanız gereken şeylerle başa çıkamadığınızı fark ettiniz?					
9. Geçen ay, hayatınızdaki zorlukları ne sıklıkta kontrol edebildiniz?					
10. Geçen ay, ne sıklıkta her şeyin üstesinden geldiğinizi hissettiniz?					
11. Geçen ay, ne sıklıkta kontrolünüz dışında gelişen olaylar yüzünden öfkelenildiniz?					
12. Geçen ay, kendinizi ne sıklıkta başarmak zorunda olduğunuz şeyleri düşünürken bulduunuz?					
13. Geçen ay, ne sıklıkta zamanınızı nasıl kullanacağınızı kontrol edebildiniz?					
14. Geçen ay, ne sıklıkta problemlerin üstesinden gelemeyeceğiniz kadar biriktiğini hissettiniz?					

Ek 4: Araştırma ve Ölçek İzinleri

IZU Gelen Evrak Tarih ve Sayısı: 21.04.2021 - 2343

T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Muhammed Uğur
Ceylan

GÜNLÜDÜR
30.03.2021

Sayı : E-59090411-44-23331038
Konu : Anket ve Araştırma İzinleri

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : a) Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 21.02.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı genelgesi.
b) Valilik Makamının 25.03.2021 tarihli ve 23012049 sayılı oluru.

Valilik Makamının Anket ve Araştırma İzinleri konulu ilgi oluru, anket izni uygun görülenlerin listesi, kullanılması uygun görülen ölçme araçlarının Müdürlüğümüzce mühürlenen örnekleri ekte gönderilmiştir.

Olur gereğince işlem yapılması, araştırma sonuç raporunun, araştırma bittikten sonra 2 (iki) hafta içerisinde Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Şubesine gönderilmesi hususlarında gereğini arz ederim.

Levent YAZICI
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek:
1- Valilik Oluru (1 Sayfa)
2- Liste (1 Sayfa)
3- Ölçekler

Dağıtım:
Orta Doğu Teknik Üniversitesi Rektörlüğüne
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rektörlüğüne

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Adres : Binbirdirek Mah. İmrân Öktem Cad. No: 1 Sultanahmet Fatih İstanbul
Telefon : 0212 384 36 32
E-posta : strateji@meb.gov.tr

Belge Doğrulama : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>
Bilgi İçin : Aydın BALTA
Unvanı : Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni

QR Kodu

Re: İzin

mesut yavuz <m...>
18 Kas 2020 Çar 06:22
Kime: Muharrem Uğur ceylan

Muharrem Uğur ceylan <...>

2020 Sal, 19:17 tarihinde şunu yazdı:

Teşekkürler hocam, Bekliyorum.

Gönderen: mesut yavuz <...>
Gönderildi: 17 Kasım 2020 Salı 13:08
Kime: Muharrem Uğur ceylan <...>
Konu: Re: İzin

Merhaba kullanabilirsiniz, hatırlatın ölçeği size bu gece iletayım

17 Kas 2020 Sal, saat 12:56 tarihinde Muharrem Uğur ceylan

yazdı:

Saygıdeğer Hocam,
İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bölümü tezli yüksek lisans öğrencisiyim. Yazacağım makale ve tez çalışmasında geliştirmiş olduğunuz "Ebeveyne ve Arkadaşa Bağlanma Envanteri Gözden Geçirilmiş Formu" adlı ölçeği kullanmak için izninizi istiyorum.
Saygılarımla.

Re: İzin

MEHMET ESKIN ·

9 Şub 2021 Sal 02:07

Kime: Muharrem Uğur ceylan <

Kullanabilirsiniz başarılar

8 Şub 2021 Pzt 13:59 tarihinde Muharrem Uğur ceylan <

> şunu yazdı:

Saygıdeğer Hocam,

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü tezli yüksek lisans öğrencisiyim. Yazacağım tezde geliştirmiş olduğunuz "Algılanan Stres Ölçeği" adlı ölçeği kullanmak için izninizi istiyorum.

Saygılarımla.

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi

GİZLİLİK NOTU: Bu mesaj ve ekleri yalnızca gönderildiği kişi(lere) özeldir ve gizlidir. Mesaj sizin adınıza değilse, içeriğini ve varsa ekindeki dosyaları kimseye göndermeyiniz ya da kopyalamayınız. Bu mesajın herhangi bir şekilde açıklanması, kullanılması, kopyalanması, yayılması veya mesaj içeriği ile ilgili olarak herhangi bir işlem yapılması kesinlikle yasaktır. Böyle bir durumda lütfen göndereni uyarıp, mesajı siliniz. Aydın Adnan Menderes Üniversitesi bu mesajın içeriği ve ekleri ile ilgili olarak hiçbir hukuksal sorumluluğu kabul etmez.

Ek 5: Etik Kurul Onay Yazısı

Evrak Tarih ve Sayısı: 14.04.2021-E.5434



T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

Sayı :E-20292139-050.01.04-5434
Konu : Etik Kurul Kararları

Sayın Muharrem Uğur CEYLAN
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi

"Ergenlerin Bağlanma Stilleri ile Stres Düzeyleri ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı araştırmanız kurulumuzun 26.03.2021 tarihli ve 2021/03 sayılı toplantısında değerlendirilerek etik açıdan uygun bulunduğu oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Nasuh USLU
Kurul Başkanı

Ek:11-Muharrem Uğur Ceylan_Etik Onay Belgesi_1 (1 sayfa)

ÖZGEÇMİŞ

Muharrem Uğur CEYLAN

Öğrenim Durumu:

Derece	Bölüm/Program	Üniversite	Yıl
Lisans	Eğitim Fakültesi/Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi	2015-2019
Yüksek Lisans	Eğitim Bilimleri/Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık	İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi	2020-2022