

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ VE BAĞLANMA ARASINDAKİ
İLİŞKİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Esmâ İLHAN

Tez Danışmanı
Prof.Dr. Ahmet Ertan TEZCAN

İSTANBUL – 2018

TEZ TANITIM FORMU

YAZAR ADI SOYADI : Esmâ İlhan

TEZİN DİLİ : Türkçe

TEZİN ADI : Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Bağlanma Arasındaki İlişki

ENSTİTÜ : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

ANABİLİM DALI : Psikoloji

TEZİN TÜRÜ : Yüksek Lisans

TEZİN TARİHİ : 08/08/2018

SAYFA SAYISI : 58

TEZ DANIŞMANI : Prof.Dr.Ahmet Ertan TEZCAN

DİZİN TERİMLERİ : Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi, Bağlanma

TÜRKÇE ÖZET : Bu çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma arasındaki ilişki değerlendirilmiştir. Üniversite öğrencilerine Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçekleri anketi uygulanmıştır. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Bağlanma arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

DAĞITIM LİSTESİ : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Esmâ İLHAN

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ VE BAĞLANMA ARASINDAKİ
İLİŞKİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Esmâ İLHAN

Tez Danışmanı
Prof.Dr. Ahmet Ertan TEZCAN

İSTANBUL – 2018

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu, kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Esmâ İlhan

...../...../2018



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Esmâ İlhan'ın "Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve Bağlanma Arasındaki İlişki" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından PSİKOLOJİ Anabilim dalı Klinik Psikoloji bilim dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan _____
Prof.Dr.Ahmet Ertan TEZCAN
(Danışman)

Üye _____
Doç.Dr.Canan TANIDIR

Üye _____
Dr. Öğr. Üyesi Necmettin
AKSOY

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylım.

... / ... / 2018

İmzası

Prof.Dr.Nezir KÖSE

Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağlanma arasındaki ilişkinin ne düzeyde olduğu ve nasıl bir etkileşim içinde bulduklarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Çalışma 2016 yılının Mart ve Nisan ayları içerisinde İstanbul ilinde yaşayan 18-29 yaş aralığında Nişantaşı Üniversitesi, Aydın Üniversitesi ve İstanbul Üniversite'lerinde okuyan üniversite öğrencileriyle yapılmıştır. Çalışmada tesadüfi örnekleme yöntemine göre seçilen 150 kişi katılmıştır.

Veri toplama aracı olarak ayrılık anksiyetesini ölçmek için Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ve bağlanma becerilerini ölçmek için Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilen İlişki Ölçekleri Anketi kullanılmıştır. Betimsel ve ilişkisel tarama modelinin analizinde SPSS 23.0 programından yararlanılmıştır. Araştırmada, verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzdelik, aritmetik ortalama, standart sapma, min-max değerler, t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Pearson Kolerasyon, Kolmogrov Smirnov testi, Mann-Whitney Testi ve Kruskal Wallis H testi kullanılmıştır.

Çalışma sonucunda üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerindeki en yüksek oranı güvenli bağlananlar oluşturmuştur. Güvensiz bağlanma stillerinin görülme oranı sırasıyla korkulu ile saplantılı bağlanma ve en az temsil edilen güvensiz bağlanma stili ise kayıtsız bağlanma oluşturmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin yaşları ile Ayrılma Anksiyetesi arasında anlamlı ilişkiler bulunurken, ilişkisel bağlanma ölçeğinin alt boyutlarıyla yaş arasında bir ilişki tespit edilmemiştir. Yaş arttıkça ayrılma anksiyetesinin arttığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile Ayrılma Anksiyetesi ve ilişkisel bağlanma arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmüştür. Erkek öğrencilerin kadın öğrencilerden daha az ayrılık anksiyetesi yaşadığı tespit edilmiştir. Çalışmanın diğer bir sonucu üniversite öğrencilerinin gelir durumu arttıkça ayrılık anksiyetesini daha az yaşadıkları ve daha güvenli bağlanma yaşadıkları belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin ailelerin parçalanmış aile olup olmamasına göre güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma arasında kuvvetli ilişkilerin bulunduğu ve anne babası boşanmamış olanlarda daha çok güvenli bağlanma ve daha az korkulu bağlanma olduğu görülmüştür. Çalışma sonucunda yetişkin ayrılma anksiyetesi ve güvenli bağlanma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki , korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yetiskin Ayrılma Anksiyetesi ve kayıtsız bağlanma arasında ilişki tespit edilmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi, Bağlanma

SUMMARY

It was aimed to evaluate the level of the relationship between separation anxiety and attachment of students going to the university and how they interacted.

The study was carried out by university students studying at Nisantasi University, Aydın University and Istanbul University between 18 and 29 years of age living in Istanbul in March and April of 2016. 150 people selected according to random sampling method participated in the study. The Adult Separation Anxiety Scale and the Relationship Scale Questionnaire developed by Griffin and Bartholomew (1994) were used to measure separation anxiety and attachment styles, respectively, in terms of data collection in the study. SPSS 23.0 program was used in the analysis of the descriptive and relational screening model. In the study, frequency, percentage, arithmetic mean, standard deviation, min-max values, t-test, one way variance analysis (ANOVA), Pearson Correlation, Kolmogorov Smirnov test, Mann-Whitney test and Kruskal Wallis H test were used in the analysis of data.

As a result of the study, the highest proportion of university students' attachment styles were secured connections. The incidence of insecure attachment styles was fearful and obsessive, respectively, and the least represented insecure attachment style was indifferent attachment. In addition, there were significant relationships between the age of college students and separation anxiety, but there was no relationship between subscales of age and age of relational attachment scale. As age increased, separation anxiety increased. In addition, there was a significant relationship between the sex of university students and separation anxiety and relational attachment. Male students were found to experience less separation anxiety than women. Another consequence of our study was that university students had less separation anxiety and had more secure attachment as their income status increased. Students had strong connections between safe attachment and fearful attachment according to the marital and divorced status of their parents, and families had more secure attachment and less fear. We found that there was a significant positive correlation between separation anxiety and attachment in adults as a result of the study. It was also found that there is a significant correlation between separation anxiety and attachment in adults.

Key Words: Adult Separation Anxiety, Attachment

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET	I
SUMMARY	II
İÇİNDEKİLER	III
KISALTMALAR	V
TABLolar LİSTESİ	VI
ÖNSÖZ	VII
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM:GENEL BİLGİLER	3
1.1. ANKSİYETE KAVRAMI	3
1.2. YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ	3
1.2.1. Tanım	3
1.2.2. Epidemiyolojisi	5
1.2.3. Etiyolojisi	8
1.2.4. Klinik Özellikleri	10
1.2.5. Ayırıcı Tanı	11
1.2.6. Gidiş ve Prognoz	12
1.2.7. Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Komorbiditesi	13
1.3. BAĞLANMA	16
1.3.1. Bağlanma Kuramı	16
1.3.2. Yetişkin Tarzı Bağlanma	21
İKİNCİ BÖLÜM:GEREÇ VE YÖNTEM	26
2.1. Araştırmanın Modeli	25
2.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	25
2.3. Araştırmanın Hipotezleri	26
2.4. Veri Toplama Araçları	26
2.4.1. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği	27
2.4.2. İlişki Ölçekleri Anketi	27
2.5. İstatistik Analizler	28
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR	31
3.1. Demografik Bilgiler	30
3.2. Güvenilirlik Analizi	32
3.3. Kategorik Bağlanma Stilleri	33
3.4. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Anketi Ölçeklerinin Genel Verileri	34
3.5. Korelasyon Analizleri	34

3.6. Yetişkin Anksiyete Anketi Ve İlişki Anketi Alt Boyutlarının, Öğrencilerinin Kişisel Demografik Özellikleri İle Karşılaştırmalı Analizi	35
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM:TARTIŞMA.....	43
SONUÇ.....	50
KAYNAKÇA.....	52
EKLER.....	-



KISALTMALAR LİSTESİ

AABE	: AYRILIK ANKSİYETESİ BELİRTİ ENVANTERİ
AAB	: AYRILMA ANKSİYETESİ BOZUKLUĞU
BB	: BİPOLAR BOZUKLUK
BDT	: BİLİŞSEL DAVRANIŞÇI TERAPİ
ÇAAB	: ÇOCUKLUK AYRILMA ANKSİYETESİ BOZUKLUĞU
DSM	: DIAGNOSTIC AND STATISTICAL MANUAL OF MENTAL DISORDERS
ICD-10	: INTERNATIONAL STATISTICAL CLASSIFICATION OF DISEASES AND RELATED HEALTHS PROBLEMS -10
MDB	: MAJÖR DEPRESİF BOZUKLUK
NCS-R	: THE NATIONAL COMORBİDİTY SURVEY- REPLICATION
TSSB	: TRAVMA SONRASI STRES BOZUKLUĞU
WHO	: WORLD HEALTH ORGANIZATION
YAA	: YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ

TABLolar LİSTESİ

		Sayfa
Tablo-1	YAA'nin en sık saptanan klinik belirtileri ve oranları	11
Tablo-2	Bağlanmanın Dörtlü Kategorisi	23
Tablo-3	Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencileri ile Ailelerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı	31
Tablo-4	Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Bölümleri, Aile İle Beraber Yaşama Durumu, Travma Geçmişi İle Anne Babanın Birliktelik Durumuna İlişkin Frekans Dağılımı	33
Tablo-5	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğine Ait Güvenilirlik Analizi Sonuçları	34
Tablo-6	Kategorik Bağlanma Stillerinin Frekansları	33
Tablo-7	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Toplam Puan ortalamaları	35
Tablo-8	Çalışmada Araştırılan Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	36
Tablo-9	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yaşlarına Göre Farkı	37
Tablo-10	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyetlerine Göre Farkı	38
Tablo-11	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Aylık Gelir Durumuna Göre Farkı	40
Tablo-12	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Aileleri İle Beraber Yaşama Durumuna Göre Farkı	41
Tablo-13	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Anne Babasının Birliktelik Durumuna Göre Farkı	42

ÖNSÖZ

Bu tez çalışmasında yetişkin ayrılık anksiyetesi ve bağlanma arasındaki ilişki değerlendirilmek istenmiştir.

Öncelikle çalışma konumu seçerken isteklerimi göz önünde bulundurup , çok değerli vakitlerini ayırarak bilgi ve deneyimleriyle yardım ve desteğini esirgemeyen danışman hocam sayın Prof.Dr. Ahmet Ertan TEZCAN'a en içten teşekkürlerimi sunarım.Yüksek lisans eğitim sürecimde değerli katkılarından dolayı hocalarıma teşekkür ederim.

Esmâ İLHAN



GİRİŞ

Sevgi bağı kurmanın en önemli özelliği, birbirine yakın kalma eğiliminde olan iki kişinin varlığıdır.¹ Doğumdan itibaren yakın ilişkide bulunduğu herkesin (anne, baba, kardeş, eş, v.b.) bireyin davranış şekillerini, ruh sağlığını ve iletişimdeki başarısını belirlemede önemli etkileri bulunmaktadır. Yakın ilişkilerin niteliği, bireylerin bağlanma tarzlarını ve yaşadıkları ilişkilerin kalitesini etkilemektedir. Sağlıklı gelişim sırasında öncelikle çocukla ebeveyni arasında duygusal yakınlık bağlarının ve bağlanmaların iyi gelişmesi ileriki yaşlarda kişinin ilişkilerinin kalitesine etki etmektedir.² Ayrıca insanın bu süreç içerisinde kendini yeterince iyi hissedebilmesinde, yakın ilişkilerinden sağladığı doyum çok önemli bir etkidir. Fakat yakın ilişkilerde herhangi bir bozukluğun yaşanması, araya uzaklıkların girmesi ve yaşanan yalnızlık durumu kişinin fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerinde önemli olumsuz etkilere neden olabilmektedir.³

Ayrılma anksiyetesi, kişinin anne ya da temel bağlanma figüründen ayrılma durumunda ya da ayrılma beklentisinde endişe duyması halidir. Diğer bir tabirle ayrılma anksiyetesi, bireyin evden ya da kişinin güçlü bir duygusal bağlılığı olduğu insanlardan ayrılma konusunda aşırı endişe duyduğu kaygı bozukluğudur. Patolojik olarak daha çok yaşlılar, çocuklar, ergenler ve nadiren yetişkinlerde görülmektedir. Bebeklerde ve küçük çocuklarda ise genellikle 6-7 ay ila 3 yaş arasında görülmektedir. Bağlanma kuramından temel alan ayrılma anksiyetesi gelişim sürecinin doğal bir parçasıdır.⁴

Geçmişte ayrılma anksiyetesi bozukluğunun çocukluk dönemi ve ergenlik ile sınırlı olduğu ve çocukluktaki ayrılma anksiyetesi bozukluğunun yetişkinlikteki panik bozukluğu için bir risk etkeni olduğu düşünülmekteydi. Toplum örneklemeleri ve anksiyete bozukluğu olan yetişkin hastalar ile yapılan çalışmalar, çocukluk ayrılma anksiyetesi belirtilerinin yetişkinlik döneminde de devam ettiğini göstermiştir. Yetişkin ayrılma anksiyetesinin çekirdek belirtilerini temel alan tanı ölçütleri yakın zamanda tanımlanmış ve literatürde daha geniş hasta örneklemelerinde yapılmış çalışmalar belirlemeye başlamıştır. Yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğunun tahmini

¹John Bowlby, Developmental Psychiatry Comes Of Age, *Am J Psychiatry*,1988, (145), s.1-10.

²Cindy Hazan, Philip Shaver, "Attachment As An Organizational Framework For Research On Close Relationships", *Psychol Inq*, 1994, 5, 1-22.

³Sam Cartwright-Hatton vd., "Anxiety In A Neglected Population: Prevalence Of Anxiety Disorders In Pre-Adolescent Children", *Clin Psychol Rev*, 2006,26:817-833.

⁴<http://www.Abebe.Org.Br/Wpcontent/Uploads/John-Bowlbyseparation-Anxiety-And-Anger Attachment-And-Loss-Vol-2-1976.Pdf>, (Erişim Tarihi: 03.04.2017).

yaşam boyu görülme sıklığı yaklaşık % 6,6'dır.⁵ Her ne kadar yetişkin ayrılma anksiyetesi bozukluğunun nedenleri kesin olarak bilinmese de, etiolojisine ve klinik görünümüne hem genetik hem de çevresel etkenlerin katkıda bulunduğu düşünülmektedir. DSM-IV-TR'de Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu'nun bir çocukluk çağı bozukluğu olarak sınıflandırılmasına ve 'belirtilerin 18 yaşından önce başlamış olması' koşuluna rağmen Manicavasagar ve ark. (1997) benzer belirtilerin daha sonraki yaşamda da devam edebileceğini çoğunlukla ilk kez yetişkinlikte oluşabileceğini belirtmişlerdir.⁶ Bunun üzerine 2013 yılında hazırlanan DSM-V kriterlerine göre çocukluk çağı bozukluğu olarak kabul edilmiş olan ayrılma anksiyetesi, bütün yaş dönemlerini kapsayan, bireylerin tüm hayatı boyunca tanı alabileceği bir bozukluk olarak tanımlanmıştır.⁷

Bağlanma kuramı, insanların hayatlarında onlar için önemli bir yeri bulunan diğer kişilerle güçlü duygusal bağlar kurma durumudur. Bu kuram, bebeklik ve çocukluk dönemlerinde temel bakım veren kişi ile çocuk arasındaki ilişkiye odaklanırken, günümüzde yetişkinlerin sosyal ve romantik ilişkiler yaşadıkları kişilerle duygusal bilişsel ve davranışsal özellikleri anlamak için de kullanılan bir model haline gelmiştir. Bağlanma iki taraflı bir ilişkidir ve her iki tarafın da birbirinin ihtiyaçlarını karşılmasıyla zamanla gelişir.⁸

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağlanma arasındaki ilişkinin düzeyinin belirlenmesi ve nasıl bir etkileşim içinde bulduklarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

⁵Katherine Shear vd., "Prevalance And Correlates Of Estimated DSM-IV Child And Adult Separation Anxiety Disorder In The National Comorbidity Survey Replication", *Am J Psychiatry*, 2006, 163:1074-1083.

⁶Vijaya Manicavasagar ve Derrick Silove, "Is There An Adult Form Of Separation Anxiety Disorder? A Brief Clinical Report", *Aust N Z J Psychiatry* 1997, 31(2), 299-303.

⁷Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders (5th ed.), *American Psychiatric Association*, Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.

⁸John Bowlby, *Sevgi Bağlarının Kurulması ve Bozulması*, (Çev: Meltem Kamer), Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, İstanbul 2012.

BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1 ANKSİYETE KAVRAMI

Anksiyete gerçek ya da düşsel olarak yaşanan yaygın olaylar ya da durumlardan kaynaklanan endişe, belirsizlik ve korku duyma durumudur. Anksiyete ataklarının en yaygın nedeni, kişinin ciddi tehlike altında olduğunu düşünmesidir. Anksiyete bozukluklarının nedenleri henüz bilinmemektedir. Genetik, çevresel, psikolojik ve gelişimsel faktörlerin bir kombinasyonunu içerdiği düşünülmektedir.⁹

1.2. YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ

1.2.1. Tanım

Ayrılma anksiyetesi, kişinin anne ya da temel bağlanma figüründen ayrılma durumunda ya da ayrılma beklentisinde endişe duyması halidir. Ayrılma anksiyetesi, gelişim sürecinin doğal bir parçasıdır ve bağlanma kuramından temel almaktadır. İlk çocukluk döneminde anneden (ya da bağlanma figüründen) ayrılma halinde endişe duymak doğal bir tepkidir.¹⁰ Normal ayrılma kaygısı bir çocuğun bilişsel olgunlaşmasında sağlıklı gelişmelere işaret eder ve gelişen bir davranış sorunu olarak düşünülmemelidir. Ayrılma anksiyetesinin uzun sürmesi ve işlevselliği bozması durumunda bir ruhsal bozukluğa dönüştüğü kabul edilir.¹¹

Ayrılık kaygısı çocuğun kendisine bakımını yapan kişinin yokluğunda özvarlığının tehlikede olduğunu hissetmesi olarak tanımlanmıştır.¹² Ailelerin çocuk yetiştirme şekilleri çocuğun hayatının özellikle ilk yıllarında etkilidir. Annenin çocuğa nasıl davrandığı ve disiplin etme amaçlı terk etme, yalnız bırakma tehditleri, korkutucu hikayeler çocukta ayrılık kaygısı gelişmesini ya da mevcut olan ayrılık kaygısını tetikler.^{13,14} Çocuğun anne ile kurduğu ilişkinin niteliği ayrılık anksiyetesinin ortaya çıkmasında önemli etmenlerden biridir. Bu ilişkinin niteliği ile

⁹ Erdal Işık, Nevrozlar, Kent Matbaa, Ankara, 1996

¹⁰John Bowlby, *Güvenli Bir Dayanak*, (Çev: S. Güneri) , Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları, İstanbul 2012.

¹¹Amerikan Psikiyatri Birliği(1994) ,*Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı Dördüncü Baskı* (DSM 4) (Çev.ed: E. Köroğlu) , Hekimler Yayın Birliği, Ankara,1995

¹² Sabiha Pektuna, Anne İş'te Çalışan Anne ve Çocuğu, (11. Baskı) , Boyut Yayıncılık, İstanbul, 2014.

¹³ Bowlby, a.g.e.s.108

¹⁴ Ali Torun ve Kübra Yıldız, "Bir Eğitim Metodu Olarak Tehdit ve Korkutma İçeren Ninniler ve Bunların Jung'un 'Ortak Bilinçdişi' kavramı açısından Tahlili", *Turkish Studies- International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 2013, 8(8): 1313-1333.

ilgili Erermiş ve ark. (2009) yaptığı çalışmada, çocukta ayrılık kaygısının oluşmasında annenin mizaç özelliklerinin önemli bir rolü olduğu sonucuna ulaşmıştır.¹⁵

Ayrılma anksiyetesi bozukluğu için DSM -5-TR tanı ölçütleri

A. Aşağıdakilerden üçünün (ya da daha fazlasının) olması ile belirli, kişinin evden ya da bağlandığı insanlardan ayrılmasıyla ilgili, gelişimsel olarak uygunsuz ve aşırı anksiyetenin olması

1. Evden ya da bağlandığı başlıca kişilerden ayrıldığında ya da böyle bir ayrılma beklendiğinde yineleyici biçimde aşırı sıkıntı duyma
2. Bağlandığı başlıca kişileri yitireceğine ya da onların başına bir iş geleceğine ilişkin sürekli ve aşırı bir kaygı duyma
3. Kötü bir olayın, bağlandığı başlıca kişilerden ayrılmasına yol açacağına ilişkin sürekli ve aşırı bir kaygı duyma
4. Ayrılma korkusundan ötürü, sürekli olarak, okula ya da başka bir yere gitmek istememe ya da gitmeyi reddetme
5. Tek başına kalma, evde bağlandığı kişiler olmaksızın kalma ya da kendi için önemli yetişkin insanlar olmadan diğer ortamlarda bulunma konusunda isteksizlik gösterme ya da bu konuda sürekli ve aşırı bir korku duyma
6. Bağlandığı başlıca kişilerin yakınında olmadan ya da evin dışında uyuma konusunda sürekli bir isteksizlik gösterme ya da buna karşı direnme
7. Ayrılma konusunda sürekli kâbuslar görme
8. Bağlandığı başlıca kişilerden ayrıldığında ya da böyle bir ayrılık söz konusu olduğunda tekrarlayan fiziksel belirtiler gösterme (baş ağrıları, karın ağrıları, bulantı ya da kusma gibi)

B. Bu endişe, tasa ya da kaçınma daimi bir hal alarak çocuklar ve ergenlerde en az dört hafta, yetişkinlerde ise en az altı ay süre devam eder.

C. Klinik bulgular eşliğinde bir rahatsızlığa ya da okul, iş, sosyal ve toplumsal alanlarda işlevsel azalmaya, başarısızlığa sebep olur.

¹⁵Serpil Erermiş vd., "Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Olan Okul Öncesi Yaş Grubu Çocukların Annelerinin Mizaç Özellikleri", *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2009, 20 (1),14-21.

D. Bu bozukluk, otizmde görülebilen evden uzaklaşmaya karşı direnme, psikoz ilişkili bozukluklarda ayrılık ile ilgili varsanılar, agorafobide güven duyulan biri olmadan evden çıkmaya direnme, yaygın kaygı bozukluğu kapsamında değer verilen diğer bireylere kötü bir olay (hastalık gibi) gelmesinden endişelenme ya da hastalık kaygısı bozukluğunda sürekli hasta olma ile ilgili endişe duyma gibi diğer ruhsal bozukluklar ile daha iyi açıklanamaz.¹⁶

YAA tanısı bulunan bireylerin 1/3 'ünde görülen yakınmalar yetişkinlik döneminde ortaya çıkmaktadır. YAA belirtileri çocukluk ayrılma anksiyetesinde ortaya çıkan belirtilere benzemektedir.¹⁷ Özel bir klinikte değerlendirilen anksiyete bozukluğu tanısı almış bireylerin % 23 'ünde ek tanı olarak ayrılma anksiyetesi tanısı olduğu saptanmıştır.^{18,19} Başka bir çalışmada, YAA tanısı alan bireylerin %17'sinde de bağımlı kişilik bozukluğu olduğu bildirilmiştir.²⁰ Çocukluk dönemi ayrılma anksiyetesinin erişkin yaşamda çocukluk ayrılma anksiyetesi bozukluğuna benzer belirtilerle yetişkinlikte devam edebileceği bildirilmiştir. Yapılan bir çalışmada yetişkin YAA 'nın yaşam boyu prevalansı %6,6 olarak bildirilmiştir.²¹

1.2.2. Epidemiyolojisi

Anksiyete bozukluğunun yetişkin formu, yakın zamanda psikiyatrik literatürde tanımlanmıştır.²² YAA bozukluğunun, çocukluk ayrılma anksiyetesi bozukluğuna benzer belirtilerle, yaşamın daha geç döneminde de görülebilen bir anksiyete bozukluğu olduğu öne sürülmektedir. Buna göre etkilenen yetişkinler, bağlanma figürünün başına kötü şeyler gelmesi konusunda yoğun korkular yaşarlar ve onlarla yakın temaslarını korumaya çalışırlar. Gerçek ayrılma olayı ya da ayrılma endişesi yaşadıklarında, panik atak geçirme riski taşırlar.²³

¹⁶Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders (5th ed.), *American Psychiatric Association*, Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.

¹⁷Vijaya Manicavasagar ve Derrick Silove, "Is There An Adult Form Of Separation Anxiety Disorder? A Brief Clinical Report", *Aust N Z J Psychiatry* 1997, 31(2): s.299-303.

¹⁸Laura Seligman ve Lisa Wuyek, "Correlates Of Separation Anxiety Symptoms Among First-Semester College Students: An Exploratory Study", *J Psychol* 2007; s.135-145.

¹⁹Katherine Shear vd., "Prevalance And Correlates Of Estimated DSM-IV Child And Adult Separation Anxiety Disorder In The National Comorbidity Survey Replication. *Am J Psychiatry* 2006; 163:s.1074-1083.

²⁰ Manicavasagar, a.g.e.s.299.

²¹ Shear vd. , a.g.e. s.107.

²²Vijaya Manicavasagar vd., "Continuities Of Separation Anixety From Early Life Into Adulthood,*J Anxiety Disord* 2000, 14:1-18.

²³Vijaya Manisavagar ve Derrick Silove, " Is There An Adult Form Of Separation Anxiety Disorder? A Brief Clinical Report" , *Aust N Z J Psychiatry*,1997, 31(2), 299-303.

Ulusal Komorbidite Çalışması ilk geniş çaplı epidemiyolojik çalışmadır.²⁴ Buna göre duygudurum ya da anksiyete bozukluğu olan hastaların, 1/5 'inde çocukluk ayrılma anksiyetesi öyküsü olmaksızın yetişkin ayrılma anksiyetesi, bir diğer 1/5'inde ise hem çocukluk hem de yetişkinlik ayrılma anksiyetesinin olduğunu saptanmıştır. Olgunlaşma ile ilişkili küçük belirti farklılıklarının yanı sıra, yetişkin formu, çocuklukta ayrılma anksiyete bozukluğuna (ÇAAB) paralel görünmektedir.²⁵ Başlangıç yetişkinlik döneminde olabildiği gibi, erken belirtiler çocukluk çağında ilk kez ortaya çıkmakta ve daha sonraki yıllara dek devam edebilmektedir.²⁶

Yakın zamanda yapılan iki çalışma, YAA varlığının anksiyete hastalarında tedavi sonuçlarını etkileyip etkilemediğini araştırmıştır. Aaronson ve ark. (2008) panik bozukluğu ya da panik bozuklukla beraber agorafobisi olan bireylerle karşılaştırıldığında, YAA eştanısı olanların bilişsel davranış terapisine (BDT) olumsuz yanıt verme olasılığının 3.7 kat daha yüksek olduğunu bulmuşlardır.²⁷ Bu nedenle, YAA'nın klinik tanısındaki başarısızlıklar ve etkilenen kişilerin temel kaygılarına odaklanan müdahaleler, anksiyete hastalarının bütününde tedavi sonuçlarını sınırlayabilmektedir. YAA için psikolojik ya da farmakolojik herhangi bir özgün terapi yapılmamaktadır.²⁸

YAA prevalansı, çocuklar ve ergenlerde % 3 -% 5 aralığında olup, yaş arttıkça azalmaktadır. Kessler ve arkadaşları (2011) yaptıkları ulusal komorbidite araştırmasında, tüm dönemlerde anksiyete bozukluklarının en çok görülen bozukluklar olduğunu ve ayrılma anksiyetesinin en sık görülen anksiyete bozukluğu türü olduğunu ortaya koymuşlardır.²⁹

Pini ve arkadaşlarının (2009) 508 anksiyete ve duygudurum bozukluğu hastasında yapılandırılmış görüşme ile yetişkin ayrılma anksiyetesi sıklığını değerlendirdikleri bir çalışmada, 105 hastada (%20,7) çocukluk ayrılma anksiyetesi öyküsü olmaksızın yetişkinlik ayrılma anksiyetesi, 110 hastada (%21,7) ise hem

²⁴ Shear, a.g.e. s.1080

²⁵ Manicavasagar , a.g.e. , s.299

²⁶ Manicavasagar, a.g.e. s.18

²⁷ Cindy Aaronson, vd., "Predictors and time course of response among panic disorder patients treated with cognitive-behavioral therapy", *J Clin Psychiatry*, 2008; 69(3): 418-424.

²⁸ <http://www.informaworld.com/Smp/358620736953207/Content~Db=All~Content=A790668570~Tab=Content> (Erişim Tarihi: 03.04.2017).

²⁹ Ronald Kessler vd., "How Well Can Posttraumatic Stress Disorder Be Predicted From Pre-Trauma Risk Factors? An Exploratory Study In The Who World Mental Health Surveys", *World Psychiatry* 2014, 13(3),265-274.

çocukluk hem de yetişkinlik ayrılma anksiyetesi bozukluğu olduğunu gösterilmiştir.³⁰ Çalışmacılar , YAA'nin düşünülenden çok daha yaygın olduğunu ve bireylerin işlevsellikleri üzerinde anlamlı etkileri olduğunu vurgulamışlardır. Bu çalışma yetişkin ayrılma anksiyetesinin önemli yeti yitimi yarattığını gösteren ilk akademik çalışma olmasıyla önem taşımaktadır.

Bir çalışmada, 151 aileden 233 çocuğun beş yıllık izleminden elde edilen sonuçlara göre çocukluktaki agorafobinin ileri dönemde yaygın anksiyete bozukluğu (YAB) gelişimi ile ilgili olduğu bulunurken, çocukluk ayrılma anksiyetesi ise özgül fobi, agorafobi, PB ve majör depresif bozukluk gelişimi için öncülük ettiği bulunmuştur.³¹

Manicavasagar ve arkadaşları (1997) tarafından yayımlanan ve AAB'nin yetişkinlikte tanımlanabilir olup olmadığının araştırıldığı çalışmada, bir medya kampanyasıyla ulaşılan 44 bireye yapılandırılmış görüşmeler uygulanmıştır.³² Çalışmaya katılanlara yetişkin ayrılma anksiyetesi ölçeği uygulanmış ve ayrılma anksiyetesi belirti envanteri ile geriye dönük olarak çocukluk ayrılma anksiyetesi belirtileri değerlendirilmiştir. Yaşam boyu anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluk ek tanıları oldukça yaygın olmasına karşın, katılımcıların çoğu ayrılma anksiyetesi belirtilerinin diğer Eksen I bozukluklarından daha önce başladığını bildirmişlerdir. Bu grupta sadece 6 birey (%17) bağımlı kişilik bozukluğu tanısı almıştır.

YAA'si olan kişilerin, diğer anksiyete bozukluklarında da olduğu gibi çocukluk dönemlerinde ebeveynlerinin aşırı koruyucu tutumlarına maruz kaldıkları bildirilmiştir. Anksiyete bozukluğu tanısı almış 54 çocuk ve ebeveynlerinin katıldığı bir çalışmada, ÇAAB tanısı olan çocukların %63'ünün ebeveynlerinden en az birisinde YAA olduğu bulunmuştur.³³

³⁰Pini Stefano vd., "The Relationship Between Adult Separation Anxiety Disorder And Complicated Grief In A Cohort Of 454 Outpatients With Mood And Anxiety Disorders", *J Affect Disord*,2012, 20;143(1-3):64-68.

³¹Katrijn Brenning vd., "An Adaptation Of The Experiences In Close Relationships Scale-Revised For Use With Children And Adolescents", *J Soc Pers Relat*, 2011, 28, s.1048-1072.

³²Manicavasagar, a.g.e. s.302

³³Vijaya Manicavasagar vd., "Parent-Child Concordance for separation anxiety: A Clinical Study", *J Affect Disord*, 2001,65(1):81-84.

1.2.3. Etiyolojisi

Ayrılma anksiyetesi bozukluğu çocuklukta ya da erken ergenlik döneminde görülen, bağlanma figüründen -genellikle anne- ayrılmayla ilgili yaşanan aşırı zorlanma ile belirli, yaygın bir psikiyatrik bozukluktur.³⁴ Erişkin Ayrılma Kaygısı Bozukluğu ilk olarak klinik ortamlarda yaygınlık oranları yaklaşık olarak %20 ila %40 arasında değişen oranlarda araştırılmıştır.³⁵

ÇAAB ile YAA'nin aynı bozukluğun farklı biçimleri olup olmadığı belirsizdir. Süreklilik varsayımının güçlü temelleri olmakla birlikte YAA hastaların %30-50'sinde "ilk kez yetişkinlikte" kendini göstermektedir.³⁶

ÇAAB 6-7 yaşlarında başlayabilir ve en sık olarak 7-9 yaşları arasında görülür. AAB, çocuklarda ve ergenlerde farklı belirtilerle tanımlanmıştır. Çocuklarda ergenlere göre daha çeşitli AAB belirtileri görüldüğü ve ayrılık temalı kâbuslar olduğu rapor edilmiştir. Ayrılmayla ilgili zorlanma çocuklarda daha açık bir biçimde görülürken, ergenlerde fiziksel yakınmalar daha sıklıkla bildirilmiştir. Bazı çalışmalarda kızlarda daha fazla oranda AAB görüldüğü bildirilirken, bazılarında ise cinsiyete göre görülme sıklığının eşit olduğunu bildirilmiştir.^{37,38,39}

AAB'nin yetişkinlik döneminde ortaya çıkan anksiyete bozuklukları ile özellikle de Agorafobili PB ile ilişkili olduğu bulunmuştur.⁴⁰ Benzer şekilde anksiyete bozuklukları polikliniğinde tedavi gören 136 yetişkin kadında AABE ile geriye dönük ÇAAB belirtileri sorgulandığında, agorafobili PB olan kadınlarda AABE puanının, yaygın anksiyete bozukluğu ya da fobik bozukluk olan kadınlara göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Silove ve arkadaşları, bu konuda yapılan benzer çalışmaların, ÇAAB ve yetişkin panik bozukluğu arasında bir ilişki olduğunu gösterdiğini ve AAB'nin

³⁴Manicavasagar, a.g.e. , s.303

³⁵Pini vd, a.g.e.,s.67

³⁶Andrea Niederhauser ve Wendy Silverman, Separation anxiety disorder. In: Fisher JE, O'Donohue WT, editors. Practitioner's Guide to Evidence-Based Psychotherapy, New York, Springer,2006.

³⁷Scott Compton, vd., "Social Phobia And Separation Anxiety Symptoms Incommunity And Clinical Samples Of Children And Adolescents", *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 2000,39: 1040–1046.

³⁸Javaid Sheikh, vd., "Gender Differences In Panic Disorder: Findings From The National Comorbidity Survey", *Am J Psychiatry*, 2002; 159: 55–58.

³⁹Jennifer Allen vd. , "DSM-IV Criteria For Childhood Separation Anxiety Disorder: Informant, Age, And Sex Differences", *J Anxiety Disord*, 2010;24: 946–952.

⁴⁰Silove, a.g.e. , s.409.

agorafobik belirtilerden ziyade panik bozukluğu ile ilişkili olduğunu fakat “özellikle diğer anksiyete ve depresyon bozuklukları ile ilgili olarak” bu ilişkinin özgül olup olmadığının hala çözülememiş olduğunu belirtmişlerdir.⁴¹

Battaglia ve arkadaşlarının (1995) panik bozukluğu olan yetişkin poliklinik hastalarının özgeçmişlerindeki çocukluk ayrılık anksiyetesi bozukluğunu inceledikleri çalışmalarında, 231 panik bozukluğu ve 131 cerrahi poliklinik hastasının demografik değişkenleri ile ailesel psikiyatrik bozuklukları kıyaslanmış ve panik bozukluğu hastalarında, cerrahi poliklinik hastalarından anlamlı ölçüde daha yüksek oranlarda çocukluk ayrılık anksiyetesi bozukluğu olduğu bulunmuştur. “Ailede agorafobili panik bozukluğu öyküsünün” ve “çocukluk ayrılık anksiyetesi bozukluğu varlığının” panik bozukluğu başlangıç yaşını etkilediği gösterilmiştir.⁴²

Lipsitz ve arkadaşları, anksiyete bozukluğu polikliniğine başvuran 252 hastada geriye dönük olarak çocukluk ayrılık anksiyetesi bozukluğunu araştırmışlardır.⁴³ Elde ettikleri sonuçlara göre, yetişkinlik döneminde iki ya da daha fazla sayıda “yaşam boyu anksiyete bozukluğu tanısı” almış olan hastalarda, tek bir anksiyete bozukluğu tanısı almış olanlara göre ÇAAB anlamlı ölçüde daha fazla bulunmuştur. Fakat çalışmada, ÇAAB ve panik bozukluğu arasında özgül bir ilişki bulunmamıştır

Yapılan bir araştırmada, 5692 yetişkin üzerinde yapılan Ulusal Komorbidite Anketinde (NCS-R), ayrılık anksiyetesi bozukluğunun ABD'de yaygın olarak görüldüğünü tespit etmiştir. (%6,6)⁴⁴ Çocukluk vakalarının üçte biri yetişkinliğe kadar devam ederken yetişkin vakaların çoğunun yetişkinlikte ilk defa ortaya çıktığı saptanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) verilere göre ayrılık anksiyetesi bozukluğunun, ülkeler arasında yaşam boyu yaygınlığı %4.8 gibi yüksek bir orana sahiptir. Anksiyete bozukluğunun yaşam boyu yaygınlığı ülkemizde Dünya Sağlık Örgütü verilerinin yarısı kadardır.⁴⁵ Böyle bir kaynak varsa da konuyla ilgili çok fazla çalışma olmadığı için bu sonucun ülkemizin gerçeğini yansıttığı düşünülmemektedir.

⁴¹Silove, a.g.e. , s.410.

⁴²Marca Battaglia, vd., “Age At Onset Of Panic Disorder: Influence Of Familial Liability To The Disease And Of Childhood Separation Anxiety Disorder”, *Am J Psychiatry*, 1995; 152(9): 1362-1364.

⁴³Joshua Lipsitz vd., “Childhood Separation Anxiety Disorder In Patients With Adult Anxiety Disorders”, *Am J Psychiatry*, 1994, 151: 927–929.

⁴⁴Katherine Shear vd., “Prevalance And Correlates Of Estimated DSM-IV Child And Adult Separation Anxiety Disorder In The National Comorbidity Survey Replication. *Am J Psychiatry* 2006; 163:1074-1083.

⁴⁵Ümit Tural, “Panik Bozukluğu Ve Solunum Sistemi Düzensizlikleri”, *Klinik Psikiyatri*, 2008;11(2):12-15.

1.2.4. Klinik Özellikleri

Ayrılık anksiyetesi bir kişinin hayatını ve çevrelerindeki kişilerle olan ilişkilerini olumsuz yönde etkileyen bir rahatsızlıktır. Ayrılık anksiyeteli kişilerde tekrarlayan sıkıntı, endişe, korku durumları ve uyku bozuklukları sık sık görülmekte ve kişinin yaşamını kötü etkilemektedir.⁴⁶ Bağımlı oldukları kişilere (eş, arkadaş, ebeveyn, vb.) sürekli ihtiyaç duyma, yanlarında olmalarını isteme, muhtaçlık duyguları her gün görülebilmektedir.

Ayrılık anksiyetesinin görünmeyen birçok yüzü olabilir: Yetişkinlerde, boşanma, kötü bir ilişki veya sevilen bir kişinin ölümü gibi kötü durumlar ayrılık anksiyete bozukluğunun derecesini artırmaktadır.⁴⁷ İlişkiler konusunda kişileri son derece zor durumda bırakmaktadır ve genellikle kişisel ve sosyal bozukluklarla bağlantılıdır. Ayrılık anksiyetesi bulunan kişilerde genellikle düşük eğitim, okul yaşamında başarısızlık, çoğunlukla ileri yaşlarda işsizlik, kötü evlilik ve sık boşanma gibi olumsuzluklar görülmektedir.⁴⁸

Ayrılık anksiyetesinin kadınlar arasında daha yaygın olduğu, ailesel ve ikiz verilerin kadınlar arasında daha büyük kalıtsallık faktörü olasılığını desteklediği görülmektedir.^{49, 50} Bu veriler neticesinde kadınların ayrılma anksiyetesinin, gelişme sürecinde değişmeden kalmaya devam edeceği anlaşılmaktadır. Buna karşın, erkeklerde, çocuklukta yaşanan ayrılık anksiyetesi erişkinlikte ciddi endişe verici kaygının oluşması için daha genel bir risk faktörü olabilir.⁵¹

⁴⁶http://www.depressionperception.com/anxiety/anxiety_conditions/separation_anxiety_disorder.asp#_j p (Erişim Tarihi: 03.04.2017).

⁴⁷ <http://www.allaboutlifechallenges.org/adult-separation-anxiety-faq.htm>, (Erişim Tarihi: 03.04.2017).

⁴⁸ Shear vd., a.g.e. , s.1081.

⁴⁹Niederhauser vd. , a.g.e.s.630.

⁵⁰Borvin Bandelow vd., "Early Traumatic Life Events, Parental Attitudes, Family History, And Birth Risk Factors In Patients With Panic Disorder. *Compr Psychiatry*, 2002; 43(4): 269-278.

⁵¹Silove vd., a.g.e. , s.19.

Tablo-1 YAA'nin en sık saptanan klinik belirtileri ve oranları

YAA'nin en çok tespit edilen klinik sonuçları	(%)
Bağlandığı biri terk ederse bununla başa çıkamayacağını düşünme	81
Bağlandığı kişilere ciddi bir zarar geleceği endişesi	81
Gece tek başına uyumakta güçlük çekme	72
Evde, ancak yakınlarıyla beraberken kendini güvende hissetme	72
Bağlı olduğu kişilerin terk etmesiyle ilgili aşırı endişe	69
Yakınlarından ayrılmayla ya da onların kendisini bıraktığını düşünmekle panik atağı geçirme	65
Yakınlarının uzakta olduğunu düşünmenin zorlanmaya yol açması	67
Bağlanmalarıyla olan ilişkilerinin yoğunluğundan endişe duyma	64
Günlük işlerde yakınlarıyla görüşmesini bozacak aksamalar olduğunda aşırı sıkıntı yaşama	64
Yakınlarını kendisinden ayıracak olası olaylar hakkında endişelenme	58
Yakınlarıyla düzenli telefon görüşmesi yapmazsa sıkıntı yaşama	58
Yakınlarıyla olan ilişkisinin başka sorunlar yaratacağından endişelenme	53
Yakından bağlandığı kişileri çevresinde tutabilmek için çok konuşma	50

1.2.5 Ayırıcı Tanı

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin zihinsel bozuklukların teşhisi için ABD ve İngiltere'de kullanılan standartlara göre ayrılma anksiyetesini 1994 'den bu yana ayrı bir tanı olarak ele alınmaktadır. Yetişkinlerde görülen ayrılık anksiyetesinin çocukluk dönemi ayrılık anksiyete bozukluğuna benzer bir bozukluğa sahip olabileceğini belirtmektedir.⁵² 1992 'de Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan ICD-10 (Zihinsel ve Davranış Bozukluklarının Sınıflandırılması), dünyanın her yerinde kullanılan standarttır. Ayrılık anksiyete bozukluğu tanımlamalarında yetişkinlerden bahsetmektedir.⁵³

Ayrılma anksiyetesini, yaygın gelişimsel bozukluklar, şizofreni ya da diğer psikotik bozuklukların bir parçası olabilir. Bu bozukluklardan herhangi birinin gidişi sırasında ayrılma anksiyetesini bozukluğunun belirtileri ortaya çıkarsa, ek tanı olarak ayrılma anksiyete bozukluğu tanısı konulmaz. Ayrılma Anksiyetesini Bozukluğu olan

⁵²Hoven Christina vd. , “ Psychopathology Among New York City Public School Children 6 Months After September 11” , *Arch Gen Psychiatry* ,2005;62:545-552.

⁵³World Health Organization. (1992). The ICD-10 Classification Of Mental And Behavioural Disorders: Clinical Descriptions And Diagnostic Guidelines. Geneva,World Health Organization.

çocuk ve ergenlerde ayrılık tehdidi aşırı anksiyeteye, hatta panik atağına yol açabilir.⁵⁴ Psikotik Bozukluklardaki varsanılardan farklı olarak, Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğunda yaşanan olağan olmayan algısal yaşantılar gerçek bir uyarının yanlış algılanmasına dayanır ve sadece belli durumlarda (örn. gece vakti) ortaya çıkar ve bağlandığı başlıca kişiler geri geldiğinde bu algılama kaybolur.⁵⁵

1.2.6. Gidiş ve Prognoz

Ayrılma anksiyetesi bozukluğu için standart bir tedavi yoktur. Diğer Anksiyete Bozukluklarına benzer biçimde ilaç ve terapi kombinasyonu, özellikle maruz kalma terapisi adı verilen bilişsel davranış terapisinin bir biçimi ile tedavi edilir. Bilişsel davranış terapisi genellikle fobileri tedavi etmek için kullanılır. Kişinin stresli durumu tolere etme kabiliyetini yavaş yavaş arttırmayı içerir.⁵⁶

YAA diğer anksiyete bozuklukları ya da depresyon gibi rahatsızlıklarla birlikte görülmektedir. YAA' nın eşlik ettiği anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluğun tedavisi eşlik etmediği durumlara göre daha zor olmaktadır.⁵⁷

Yaşı 60'ın üstünde olan bireylerde ayrılma anksiyetesi çok az görülmektedir. Bu yaş grubunda, çocuklarla yakın olmak için başka bir şehre taşınmak, huzur evine yerleşmek ve ölüm nedeniyle arkadaşlarından ve sevdiklerinden ayrılma gibi nedenler ayrılık anksiyetesinin oluşmasını tetiklemektedir. Bu kişilerin yakın takibi başka affektif rahatsızlıkların çıkmasının önlenmesi için önemli olmaktadır.⁵⁸

Agorafobi ile karıştırılabilen anksiyete bozuklukları, depresif bozukluklar gibi başka Eksen I bozukluklarını karmaşık hale getirebilir. Bunun için bu sendromun ortaya çıkış zamanı, prevalansı ve eşlik eden durumlarının iyi belirlenmesi gerekmektedir. Yetişkinlerde ayrılma anksiyetesi ile birlikte görülen diğer

⁵⁴Antony Mancini vd. , “ Does Attachment Avoidance Help People Cope With Loss? The Moderating Effects Of Relationship Quality, *J Clin Psychol* , 65:1127-1136.

⁵⁵Joan Arehart-Treichel, Adult Separation Anxiety Often Overlooked Diagnosis. Retrieved April 1, 2017 from. <http://pn.psychiatryonline.org/cgi/content/full/41/13/30> (Erişim Tarihi: 06.06.2017)

⁵⁶Joan Arehart-Treichel, Adult Separation Anxiety Often Overlooked Diagnosis. Retrieved April 1, 2017 from. <http://pn.psychiatryonline.org/cgi/content/full/41/13/30> (Erişim Tarihi: 06.06.2017)

⁵⁷Manicavasagar vd., “A Self-Report Questionnaire For Measuring Separation Anxiety In Adulthood”, *Compr Psychiatry*, 2003, 44: 146-153.

⁵⁸Chanaka Wijeratne ve Vijaya Manicavasagar, “Separation anxiety in the elderly”, *J Anxiety Disord*,2003,17(6):695-702

semptomların tedavi öncesi ve sırasında iyi takibi tedavinin başarısı için önemli olmaktadır.⁵⁹

1.2.7. Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Komorbiditesi

Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu diğer psikiyatrik bozukluklarla, özellikle de duygudurum bozukluklarıyla birlikte görülmektedir. Yapılan araştırmalarda ayrılma anksiyetesi bozukluğuna sahip kişilerin yaklaşık %91,1 'inde, DSM-IV'te tanımlanan başka zihinsel rahatsızlıklardan biri eşlik etmektedir.^{60, 61}

Anksiyete bozukluğu tanısı alan bireylerin önemli bir kısmı terapilerle düzelmelerine rağmen yeniden nüksetme eğilimindedir. Buna karşın bazı şikayetler devam edebilmektedir. Çalışmacılar diğer zihinsel bozukluklara eşlik eden tedavi edilmemiş bağlanma kaygıları ve ayrılma kaygısı bozukluğunun tedavinin etkisiz hale gelmesinde katkısı olduklarını öne sürmüştür.⁶²

YAA ile birlikte en sık görülen zihinsel bozukluklar şunlardır:⁶³

Anksiyete bozuklukları: Ayrılık anksiyete bozukluğu ve panik bozukluk arasındaki yakın ilişki erişkin hastalarda sürekli görülmektedir. Ayrılık anksiyete bozukluğu ve panik bozukluk arasındaki ilişki halen tartışılmaktadır. Ayrılma anksiyetesi duyarlılığı panik bozukluğun bir boyutu olarak düşünülür. Anksiyete bozukluğunun agorafobik boyutta olması, bu durumla panik bozukluk arasındaki komorbiditeyi arttırabilir. Bununla birlikte, araştırmacılar ayrılık anksiyetesi bozukluğunun diğer anksiyete bozukluklarının başlangıcından önce geldiğini ve panik atakların ayrılma anksiyetesi bozukluğuna ikincil olabileceğini belirtmektedirler. Yakın tarihli bir metaanalizde, ayrılık anksiyetesi bozukluğunun çocukluk çağı panik bozukluk ve diğer anksiyete bozuklukları riskini önemli ölçüde arttırdığı ve bu bozukluğun zihinsel hastalıklar için bir savunmasızlık faktörü olabileceğini ortaya çıkarmıştır.^{64,65}

⁵⁹<http://health.msn.com/health-topics/articlepage.aspx?cp-documentid=100235522> (Erişim Tarihi: 06.07.2017)

⁶⁰Chanaka a.g.e. , s.2.

⁶¹Nebi Sümer ve Derya Güngör, Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürler-Arası Bir Karşılaştırma, **Türk Psikoloji Dergisi**, 1999, 14(43): 71-106.

⁶²Sam Carriht-Hatton vd., "Anxiety In A Neglected Population: Prevalence Of Anxiety Disorders In Pre-Adolescent Children, **Clin Psychol Rev** 2006, 26, 817-833.

⁶³Shear vd., a,g,e . , s.1083

⁶⁴Derrick Silove vd., "Is Early Separation Anxiety A Risk Factor for Adult Panic Disorder? A Critical Review. **Compr Psychiatry**, 1996; 37(3): 167-179.

- Panik Bozukluk: %14,8
- Panik Bozukluğu Olmayan Agorafobi: %5,8
- Yaygın Anksiyete Bozukluğu (YAB): %16.
- Özgül Fobiler: %35,8
- Sosyal Anksiyete Bozukluğu (SAD veya Sosyal Fobi): %34,5
- Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB):%23,7
- Obsesif-Kompulsif Bozukluk (OKB): %9,9
- Başka Türü Adlandırılmayan (BTA) Anksiyete Bozukluğu:%65,6

Duygudurum bozuklukları: YAAB tanısı alan bireyler yüksek depresyon düzeyleri göstermiştir. Kossowsky'nin metaanalizi, çocukluk ayrılık kaygısı bozukluğunun yetişkin majör depresif bozukluk (MDB) ile ilişkili olmadığını doğrulamıştır. Öte yandan, bazı araştırmalar bipolar bozukluklar (BB) ve Ayrılma Kaygı Bozukluğu arasında özgün bir ilişki olduğunu ileri sürülmektedir.⁶⁶

Travma Sonrası Stres Bozukluğu (TSSB): Travma yaratan önemli bir olay sonrası ortaya çıkan ve kişide aşırı uyarılma hipervijilans, travmayı hatırlatan ya da çağrıştıran uyarlardan kaçınma ve kişinin travmatik olayı rüyalar ve “flashback”ler yoluyla yeniden deneyimleme bulguları ile seyreden ve en az bir ay boyunca süre gelen bir ruhsal bozukluktur. Bazı literatür verileri, travmatik olayların çocuklarda ve ergenlerde Ayrılık Kaygı Bozukluğunu hızlandırabileceği ihtimalini göstermektedir.⁶⁷ Bununla birlikte, travmatik olaylar ile YAA arasında olası ilişkiler hakkında sınırlı veri bulunmaktadır. Bazı çalışmalar Ayrılık Kaygısı Bozukluğunun travmatik kayıplara maruz kalan yetişkin popülasyonlarda TSSB ile birlikte görülme eğiliminde olduğunu göstermektedir. Silove ve arkadaşları, Avustralya'ya yerleşmiş travmadan etkilenen Bosnalıları araştıran bir çalışmada, yetişkin Ayrılık Kaygısı Bozukluğunun, TSSB'ye güçlü bir şekilde eşlik ettiğini göstermişlerdir.⁶⁸ Yetişkinler bazında Travma Sonrası Stres Bozukluğu boyutları ile Ayrılma Anksiyete Bozukluğu'nun kaçınma ile bağlantılı olduğu, bahsi geçen ilişkinin Travma Sonrası Stres Bozukluğu 'nun Eksen I bozuklukları arasında yetişkinlik Ayrılık Kaygı Bozukluğu ile en sık görülen

⁶⁵John Mercer, Understanding Attachment: Parenting, Child Care, And Emotional Development, Praeger Publisher, Westport , 2006.

⁶⁶Pini vd. a.g.e.,s.70.

⁶⁷Claudia Carmassi vd., “Adult separation anxiety differentiates patients with complicated grief and/or major depression and is related to lifetime mood spectrum symptoms”, *Compr Psychiatry*, 2015,58:45-49.

⁶⁸Derrick Silove vd., “Anxiety, depression and PTSD in asylum-seekers: associations with pre-migration trauma and post-migration stressors”, *Br J Psychiatry*, 1997, 170:351-357 .

komorbidite örneği arasında olduğu, tespit edilen NCSR çalışmasında da bulunmuştur. Bu durum araştırmacıların, kişisel güvensizliğin TSSB 'nin ve erişkin Ayrılık Anksiyete Bozukluğu'nun altında yatan ortak faktör olabileceği hipotezini vermesine yol açmıştır. Ayrılma kaygısı bozukluğu olan yetişkinlerde, kişisel güvenlik için olan bu korku, bağlanma şekillerine yakınlığı koruma ihtiyacı yaratabilirken, travmadan etkilenen bireylerde TSSB belirtileri yaşama olasılığını artırabilir.⁶⁹ Son zamanlarda, uluslararası çapta yapılan Dünya Ruh Sağlığı Araştırması veri setinin analizi, Ayrılık Kaygı Bozukluğunun (ömür boyunca değerlendirilen), daha sonraki TSSB başlangıılıyla istatistiksel olarak ilişkili yalnızca birkaç önceki bozukluğun birisi olduğunu ve bunu öngörme durumunu göstermiştir.^{70, 71} Bağlanma tehditlerine yanıt olarak ayrılma kaygısı, özellikle, mültecilerde olduğu gibi, başkalarını daima tekrar etmek tehditleriyle yoğunlaşan bir yolla TSSB semptomlarını aktive eden bir mekanizma oluşturabilir. Teorik olarak, çalışmacılar hem Ayrılma Kaygı Bozukluğu hem de TSSB reaksiyonlarının, öğrenilen korku yanıtını başlatmaktan sorumlu beyin merkezi olan amigdalada yer alan nöronal substratların aracılık ettiğine dair kanıtlar üzerinde durmuşlardır.^{72,73}

⁶⁹Armen Goenjian vd., "Posttraumatic Stress Reaction After Single And Double Trauma", **Acta Psychiatr Scand** 1994,90(3):214-221.

⁷⁰Hoven vd., a.g.e. , s.550.

⁷¹Alvin Kuowei Tay vd., "Pathways Involving Traumatic Losses, Worry About Family, Adult Separation Anxiety And Posttraumatic Stress Symptoms Amongst Refugees From West Papua", **J Anxiety Disord** , 2015,35:1-8.

⁷²Ronald Kessler vd., "How Well Can Posttraumatic Stress Disorder Be Predicted From Pre-Trauma Risk Factors? An Exploratory Study In The WHO World Mental Health Surveys" **World Psychiatry** 2014,13(3):265-274.

⁷³Sarah Feigon vd., "Genetic And Environmental Influences On Separation Anxiety Disorder Symptoms And Their Moderation By Age And Sex", **Behav Genet** 2001,31:403-411.

1.3. BAĞLANMA

1.3.1. Bağlanma Kuramı

Bağlanma kuramı, insanların kendileri için önemli olan diğer kişilerle güçlü duygusal bağlar kurma durumudur. Bağlanma iki taraflı bir ilişkidir ve her iki tarafın da birbirinin ihtiyaçlarını karşılmasıyla zamanla gelişir. İlk bağ büyük olasılıkla anneye karşı oluşur. Bağlanma davranışı durumsal faktörlere göre artabilir ya da azalabilir, ama bağlanmanın kendisi ters/olumsuz koşulların etkisi altında bile dayanıklı ve uzun sürelidir.⁷⁴

“Bağlanma” kavramı çok geniş bir anlam taşımaktadır. Bağlanma (*attachment*), yaşamın ilk günlerinde başlayan, duygusal yönü ağır basan ve olması beklenen bir durumdur. Bebeklikteki bağlanma kavramı; belirli bir kişiye olumlu tepkilerin verilmesi, zamanın büyük bir kısmının o kişiyle birlikte geçirilmek istenmesi, herhangi bir korku yaratan durum veya obje karşısında hemen o kişinin aranması gibi duygu ve davranış örüntülerinin tümünü kapsamaktadır.

Bağlanma Kuramı, günümüzde gelişim psikolojisinin kuramsal ve ampirik çalışmalarına yol gösterici nitelik taşımaktadır. Son yıllarda yetişkinlerin yakın ilişkileri ile ilgili yapılan araştırmalarda da Bağlanma Kuramı temel alınmaktadır.⁷⁵

İnsan hayatı için bağlanmanın üç temel işlevi vardır.⁷⁶ Bunlar;

1. Dünyayı keşfederken geri dönebilecek güvenli bir liman olma,
2. Fiziksel gereksinimleri karşılama,
3. Hayata dair bir güvenlik duygusu geliştirebilme şansıdır.

Çocukluk çağı bağlanma, bir bebeğin kendisi veya birincil bakıcıları arasında oluşan sevecenlik bağı olarak tanımlanabilir.⁷⁷ Bağlanma teorisi ilk John Bowlby tarafından kavramlaştırılmıştır. Bowlby, hayatın ilk yılında bebeğin bakım verenlerine emme, ağlama, gülümseme gibi bir dizi davranış sergilediğini ifade etmiştir. Bağlanmanın, çocuğun ebeveynin yanında olması değil, aynı zamanda ebeveynin çocuğa bağlanabilmesi için karşılıklı bir süreç olduğunu savunmuştur. Bebekler,

⁷⁴John Bowlby, *Attachment. Attachment and Loss Vol. I*, New York: Basic Books, 1999,

⁷⁵Judith Feeny, “Adult Attachment, Emotional Control, And Marital Satisfaction”, *Pers Relat*, 1999, 6: 169-185.

⁷⁶Olca Tüzün ve Kemal Sayar, “Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji”, *Psikiyatri Ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 2006;19(1): 24-39.

⁷⁷Mary Ainsworth vd., *Patterns Of Attachment: A Psychological Study Of The Strange Situation*, Hillsdale, NJ: Erlbaum, 1978.

anne ya da bakıcıları ile sosyal etkileşimde bulunmakta ve onlarla hassas ve duyarlı bağlanmalar oluşturmaktadırlar. Sosyal katılımın kalitesi harcanan zaman miktarından daha etkilidir. Biyolojik anne her zamanki asıl bağlanma figürüdür, ancak bu rol, belli bir süre boyunca sürekli "anne" tarzında davranan herkes tarafından alınabilir. Bağlanma teorisinde, bu; bebeğe canlı sosyal etkileşimde bulunma ve sinyal ve yaklaşımlara kolayca yanıt vermeyi içeren bir dizi davranış anlamına gelir. Ayrıca teori, çocuk bakımı ve ilgili sosyal etkileşimin çoğunu sağladıkları takdirde babaların eşit oranda asıl bağlanma figürleri haline gelmeyeceğini öne sürmektedir.^{78,79} Bağlanma davranış sisteminin amacı, erişilebilir ve mevcut bir bağlanma figürüyle bir bağ sürdürmektir. "Alarm", tehlike korkusundan kaynaklanan bağlanma davranış sisteminin etkinleştirilmesi için kullanılan terimdir. "Anksiyete", bağlanma figüründen koparıma beklentisi ya da korkusudur. Bebeklerde, fiziksel ayrılık kaygı ve öfkeye neden olabilir, bunu üzüntü ve umutsuzluk izler. Yaşı üç ya da dört olan çocuklarda fiziksel ayrılma artık çocuğun bağlanma figürüyle olan bağına tehdit etmez. Daha büyük yaştaki çocuklardaki ve erişkinlerdeki güvenlik tehditleri, uzun süreli yokluk, iletişim arızaları, duygusal erişilemezlik, reddetme ya da terk işaretleri nedeniyle ortaya çıkar.⁸⁰

Bowlby (1988), bebek-anne bağlanmasının birincil ve özerk bir sistem üzerinde geliştiğini öne sürmüştür.⁸¹ Bağlanma kuramı, bu noktadan hareketle, psikanalitik kuramın nesne ilişkisel bir uzantısı olarak ele alınmaktadır. Bowlby, Mahler'in kuramının bazı klinik bulgularının kendi kuramındakilerden çok farklı olmadığını belirtir. Örneğin Mahler'in 'duygusal yönden yeniden doldurulmak' (*emotional refueling*) üzere üsse geri dönme kavramı, 'bağlanma figürünü güvenli bir üs olarak kullanma' kavramına benzer. Ancak Bowlby iki bakış açısının oluşturulma süreçlerinin oldukça farklı olduğunu ekler.⁸² Bu farklılık Bağlanma kuramının gözlem ve deneylerle oluşmuş olmasıdır. Bağlanma kuramı temelini çocukluk yaşantılarının kişiliği etkilediği temel söylemiyle psikanalizden almış fakat deneysel gözlemlerle şekillenmiştir. Bu açıdan diğer nesne ilişkileri kuramlarından ayrılır.

Bowlby'ye göre çocuğun kendisine bakım veren kişiye yakınlaşmasını ve bu yakınlık bozulduğunda düzeltilmesini sağlayan bir davranış sistemi vardır.

⁷⁸Bowlby, a.g.e. ,s.201.

⁷⁹Mercer, a.g.e. ,s.30.

⁸⁰Kobak Roger ve Madsen Stephanie, Disruption In Attachment Bonds. In Cassidy J, Shaver Pr. Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications. New York And London: Guilford Press. 2008.

⁸¹John Bowlby, "Developmental Psychiatry Comes Of Age". *Am J Psychiatry*, 1988,145: 1-10.

⁸² Bowlby, a.g.e. , s.204

Bağlanmayı sağlayan davranışlar tutunma, emme, ağlama ve seslenme, agulama ve gülümsemedir. Bu davranışlar bakım verene yaklaşma ve onu takip etmede kullanılır. Önceden programlanmış ve dürtüsel olan 'bağlanma sistemi', bir tehdit algılandığında aktif hale geçer ve rahatlık arama çalışmaları başlar. Bakım verme sistemi bu noktada harekete geçer; tehdit ortadan kalksa da varlığını hissettirir ve 'bağlanma figürü' olarak adlandırılan bakım-verici, çocuğun 'güven üssü' haline gelir.

83

Bağlanma Kuramına en önemli bilimsel katkılar, Allen ve arkadaşları tarafından "Yabancı Durumu" (*Strange Situation*) deneyleriyle yapılmıştır. Bu çalışmalarda bebeklerin, anneleri varken, anneleri gittiklerinde ve geri döndüklerinde verdikleri tepkilere göre farklılaştıkları belirlenmiştir.⁸⁴ İlk bağlanma kategorileri Ainsworth tarafından;

1- Güvenli Bağlanma

2- Güvensiz Bağlanma olarak tanımlanmıştır.

Güvensiz bağlanmanın ise kendi içinde iki farklı bağlanma örüntüsü sergilediği belirlenmiştir. Bunlar;

a-Ambivalan Bağlanma ve

b-Kaçınıcı Bağlanma'dır.

Bağlanma kategorilerinin oluşmasıyla ilişkili bulunan temel bakım verme örüntüleri ile kategorilerin özellikleri ise şunlardır:

1- Güvenli Bağlanma: Bakım verenin çocuğun ihtiyaçlarına tutarlı ve olumlu bir şekilde cevap vermesi güvenli bağlanmayla sonuçlanır.

2- Güvensiz/Kaçınıcı Bağlanma: Bakım verenin, çocuğun temel ilgi ve ihtiyaçlarına karşı tutarlı olarak tepkisiz olması güvensiz/kaçınıcı bağlanmaya yol açar. Çocuk, bu ilgisizliğin yarattığı hayal kırıklığının etkilerini azaltmak için kayıtsız davranır. Yabancı Durumu Deneyi'nde, ebeveynleri odayı terk ettiğinde ve odaya geri döndüğünde, en az tepki verenler güvensiz/ kaçınıcı bağlanmış çocuklardır.

3- Güvensiz/Ambivalan Bağlanma: Verilen bakımın tutarsız ve kalitesiz olması, güvensiz-ambivalan bağlanmayla sonuçlanır. Bu şekilde bağlanmış

⁸³ Bowlby , a.g.e. ,s.204.

⁸⁴Jennifer Allen, vd., "Attachment And Autonomy As Predictors Of The Development Of Social Skills And Delinquency During Midadolescence", *J Consult and Clin Psychol*, 2002, 70:56-66.

çocuklar, Yabancı Durumu Deneyi'nde, ebeveyni gittiğinde yatıştırılması en zor olan ve döndüğünde ebeveynine yapışarcasına tutunan çocuklardır.^{85,86}

Yapılan ilk çalışmalarda çocuklarda bağlanma örüntülerinin davranışsal sonuçları araştırılmıştır. Bu araştırmalara göre güvenli bağlanma tipindeki çocukların daha fazla arkadaş sahibi olduğu, kendilik değerlerinin daha olumlu olduğu, problem çözmede daha istekli ve kararlı oldukları, daha az davranış sorunu gösterdikleri bulunmuştur.^{87,88}

1.3.1. İçsel Çalışan Modeller

Ebeveynlerin (özellikle annenin) verdiği bakımın kalitesine göre şekillenen ilişkinin, çocuğun dünyaya dair ilk tasarımlarını, modellerini oluşturmaya etkisi özellikle bilişsel kuramlarda, psikanalitik yaklaşımda da nesne ilişki kuramlarında vurgulanmaktadır.⁸⁹

Yaşamın ilk yıllarında gelişen zihin tasarımı, psikanalitik kuramda her zaman ilgi görmektedir. Bir bebeğin ilk şeması, ihtiyaç giderme yaşantılarından oluşur. Çocuğun güvenlik hissi, içsel iyi ve kötü nesnelere muhatap oluş şekline dayanmaktadır.⁹⁰

Bilişsel kuramda "şema", depolama, eleme, çağrışım ve bilginin geri çağrılması için temel bir model sağlar.⁹¹ Piaget'in kuramına uyarlandığında; bir kere şekillenen içsel işleyen modeller, yeni tecrübeleri hali hazırda varolan yapıya *özümsetme* (assimilasyon) eğilimindedir. Eğer kişinin işleyen modelinde bağlanma figürünün reddediliciliği ve elde edilmezliği beklentisi varsa, yeni yaşantılarını, kendisinin sevilmez ve reddedilmeye değer olduğu hissiyle yorumlar.⁹²

⁸⁵ Mary Ainsworth, Attachment Beyond Infancy, *Am Psychol*,1989, 44: 709-716.

⁸⁶ Ainsworth vd., a.g.e. , s.120.

⁸⁷ Michel Lewis, Models of Developmental Psychopathology. M. Lewis ve S. M.Miller (Eds.) Handbook of Developmental Psychopathology, New York, Plenum Press, 1990.

⁸⁸ Philip Shaver, Handbook of Attachment: Theory, *Research and Clinical Applications*. New York and London, Guilford Press,1998.

⁸⁹Cindy Hazan ve Philip Shaver. "Attachment As An Organizational Framework For Research On Close Relationships", *Psychol Inq* ,1994,5(1): 1-22

⁹⁰Mary Main vd., "Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to level of representation", *Monogr Soc Res Child Dev*, 1985, 50: 66-104.

⁹¹Suzann Pielage vd., " Insecure Attachment As A Risk Factor For Psychopathology: The role of stressful events, *Clin Psychol Psychother*, 2000, 7, 296-302.

⁹²Charles Carver, "Adult Attachment and Personality: Converging Evidence And A New Measure", *Pers Soc Psychol Bull*, 1997,23(8): 267-283.

Bartholomew ve Horowitz'e (1991) göre kişilik şemaları, kişinin kendisi ve diğerleri hakkındaki bilgiyi bütünleştiren yapılardır.⁹³ Bu tasarımlar Bowlby'nin kuramında 'içsel çalışan modeller' olarak benzer bir anlamda kullanılır. Bowlby'ye göre (1980) içsel çalışan modeller, duygulanımla ilgili olan ve bilişsel öğeleri içeren zihinsel tasarımlardır.⁹⁴ Bir kere şekillendiklerinde, bilinçdışı yer alırlar ve durağandırılar. Bowlby, içsel çalışan modellerin şu durumlara göre değiştiğini öne sürer:

- a- Bağlanma figürünün çağrıldığında destek ve koruma çabasına girişip girişmemesine göre şekillenen; diğerlerinin imajı
- b- Kendisinin başkasına dostça, yardımsever bir şekilde yaklaşp yaklaşmamasına ve diğerlerinin kendisini algısına göre şekillenen; kendilik imajı

Bowlby'ye göre bu modeller daha sonraki yakın ilişkilerdeki düşünce, duygu ve davranışları etkiler. Bakım verenden tutarlı olarak yakınlık sağlayan güvenli çocuklar, tutarlı olarak yakınlık sağlayamayan kayıtsız bağlanmış çocuklardan ve tutarsız yakınlık sağlayan çocuklardan daha farklı içsel modeller geliştirirler. Ebeveynlerle kurulan bağlanma ilişkisine göre gelişen içsel modeller, kişinin psikopatoloji örüntülerini ve strese tepkilerini etkiler. Dolayısıyla kuramcı, bağlanmanın yetişkinlikte süregen olmasına ve ruhsal sorunlarla ilişkisine gönderme yapmaktadır.

⁹³Kim Bartholomew ve Horowitz Leonardo, "Attachment styles among young adults: a test of a four-category model". *J Pers Soc Psychol*, 1991;61 (2):226-244.

⁹⁴ Bowlby , a.g.e. , s.211.

1.3.2. Yetişkin Tarzı Bağlanma

Son yıllarda, yetişkinlikteki sosyal ilişki özelliklerinin erken çocuklukta bağlanmayla paralel gittiği, hatta kökenini bundan aldığı düşünüldüğü gündemdedir.⁹⁵ Bağlanmanın devamlılığını gösteren araştırmalar literatürde birikmeye başlarken bağlanmanın işleyen modelleri ve yetişkinlerdeki sosyal-duygusal uyumu incelenmeye başlanmıştır.⁹⁶ Çocuklukta bağlanmaları güvenli olan bir yetişkinin, romantik partnerlerine ve yakın ilişkileri olan diğer kişilere bağlanması da güvenli olmakta ya da kaçınıcı bağlanmış kişilerin bağlanması daha uzak ve güvensiz olacaktır. Main ve ark. (1985) göre, oluşmuş bağlanma figürlerinin değişime açık, esnek bir yönü de vardır.⁹⁷

İlk defa Ainsworth (1978) tarafından oluşturulan bağlanma stilleri, bağlanma kuramının tekrar gündeme gelmesiyle bazı araştırmacılar tarafından yetişkinlere göre geliştirilmeye ve uyarlanmaya başlanmıştır.⁹⁸ Hazan ve Shaver, Ainsworth ve arkadaşlarının belirlediği çocuklukta bağlanma stillerini temel alarak, yetişkinlikte bağlanma stillerini ölçen ölçekleri geliştirmiştir. Bu ölçekler üç bağlanma stili tanımlar: Güvenli, Ambivalan ve Kaçınıcı Bağlanma.⁹⁹

Bağlanma stillerinin dört kategorili sınıflandırması ise tek bir kaçınıcı kategorinin, kaçınmanın kavramsal olarak iki farklı örüntüsünü karıştırabileceğinden (Bartholomew, 1991) hareketle geliştirilmiştir. Bartholomew ve Horowitz, Main ve arkadaşlarının geliştirdiği Yetişkin Bağlanma Görüşmesini temel alarak bağlanmanın dördü kategorisini, yetişkinler için geliştirmiştir.¹⁰⁰

Bağlanma stillerinin dördü sınıflandırması, içsel çalışan model temelinde, kişinin kendini ve diğerlerini algılarının dört olası kombinasyonundan geliştirilmiştir. Kişinin kendine (olumlu veya olumsuz) ve diğerlerine ilişkin (olumlu veya olumsuz) içsel modeli dört bağlanma örüntüsünü oluşturmuştur. Aşağıda bu model tablo olarak verilmiştir (Tablo-2). Griffin ve Bartholomew (1994), gruplandırma

⁹⁵ Carver , a.g.e. , s.872.

⁹⁶Harriet Waters ve Lisa Rodrigues-Doolabh, Are Attachment Scripts The Building Blocks Ofattachment Representations? Narrative Assessment Of Representations And The AAI. In H.Waters ve E.Waters (Chairs), Narrative Measures of Attachment for Adults. Poster symposium presented at the Biennial Meetingsofthe Society for Research in Child Development, Minneapolis, MN, 2001, s.82.

⁹⁷ Main vd., a.g.e. , 198.

⁹⁸ Hazan ve Shaver a.g.e. , s.154.

⁹⁹ Ainsworth, a.g.e. , s.137.

¹⁰⁰ Kim Bartholomew , Leonardo Horowitz, " Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model". *J Pers Soc Psychol*, 61 (2): 226-244

yaklaşımlarının uygun ve iletişimi ekonomikleştirici olduğunu savunmuştur.¹⁰¹ Main (1985), bu sınıflandırmaların zaman içinde kalıcılığının %85 olduğunu bulmuştur.¹⁰² Modele göre dört bağlanma stili şunlardır:

Güvenli Bağlanmada kişinin hem kendisini hem diğerlerini algısı olumludur. Yani içsel çalışan model bağlamında kişi kendini ve diğerlerini olumlu algılar.

Korkulu Bağlanmada kişi kendisini ve diğerlerini olumsuz algılar. İçsel çalışan model çerçevesinde kişi kendini ve başkalarını algısı da olumsuzdur.

Saplantılı Bağlanmada kişinin kendini algısı olumsuz, diğerlerini algısı olumludur.

Kayıtsız Bağlanmada kendini algı olumlu, diğerlerine yönelik algı olumsuzdur.

Kendilerine ilişkin algıları olumsuz olan iki grubun (saplantılı ve korkulu) ortak özelliklerinden biri de, diğerlerinin olumlu kabulüne olan bağımlılıklarıdır. Ayrıldıkları nokta ise, Saplantılı bağlanma şeklindeki bireylerin yakın ilişkilere girmeye yatkın ve hazırken; Korkulu bağlanma şeklindeki kişilerin, olası hayal kırıklıklarını minimumda tutmak için yakınlıktan kaçınmalarıdır. Saplantılı bağlanmış kişiler, bir ilişkide reddedildiklerinde kendilerini suçlarken, reddedici olarak gördükleri kişiye yaklaşımları olumludur.¹⁰³ Kayıtsız bağlanmış kişiler, diğerlerinin önemini görmezden gelirler ve kendilik değerleri yüksektir.¹⁰⁴ Kayıtsız bağlanmış kişilerin olumsuz yaşam olaylarında, karşı tarafı suçlama eğiliminde olduğu bazı araştırmaların bulguları arasındadır.¹⁰⁵ Kayıtsız bağlanmış kişiler olumsuz duygu, duygusal reddedilme yaşamaktan kendilerini korumak için bilişsel, davranışsal ve duygusal savunmaları kullanırlar. Kayıtsız ve korkulu bağlanmadaki benzerlik gösteren nokta olan 'diğerlerini olumsuz algılama'nın bir savunma mekanizması olarak ele alınıp alınamayacağı, sorgulanması gereken bir nokta gibi gözükmektedir.¹⁰⁶

¹⁰¹Dale W.Griffin ve Kim Bartholomew, " Models Of The Self And Others: Fundamental Dimensions Underlying Measures Of Adult Attachment", *J Pers Soc Psychol*, 1994,67, 430 - 445

¹⁰²Main vd., a.g.e. , s.185.

¹⁰³Malcolm West ve Adrienne Sheldon-Keller, "The Assessment Of Dimensions Relevant To Adult Reciprocal Attachment. *Can J Psychiatry*, 1992, 37(9):600-6.

¹⁰⁴Steve Rholes ve Jeffry Simpson , "Attachment Theory: Basic Concepts And Contemporary Questions". Adult Attachment: Theory, Research, And Clinical Implications. New York: Guilford Press,2004

¹⁰⁵Lee Kirkpatrick, Evolution, Pair-Bonding,And Reproductive Strategies: A Reconceptualization Of Adult Attachment, Attachment Theory And Close Relationships, Edited By Simpson, J.A. & Rholes, W.S., New York: Guilford Press,1998.

¹⁰⁶Murat Gülsün vd., " Psikiyatrik Açından Evlilik ve Cinsellik" *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* ,2009.1(1):68-79.

Tablo-2 Bağlanmanın Dörtlü Kategorisi¹⁰⁷

Kendini Algılama	<u>Diğerlerini Algılama</u>	
	Olumlu	Olumsuz
Olumlu	Güvenli B.	Kayıtsız B.
Olumsuz	Saplantılı B.	Korkulu B.

Bağlanma stilleri ve psikopatoloji arasındaki ilişki, normal ve klinik örnekleme sınırlı sayıda araştırmaların konusu olmuştur. Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada güvensiz bağlananların depresyon ve anksiyete puanları, güvenli bağlananlara göre daha yüksek bulunmuştur.¹⁰⁸ Boylamsal bir araştırmada ise, daha önce psikiyatri servisinde yatarak tedavi gören ergenler, hastaneye yatmamış ergenlerle, bağlanma stilleri ve psikopatoloji ilişkisi açısından karşılaştırılmıştır. Klinik gruptaki güvensiz bağlanmış ergenlerin madde kötüye kullanma, suç eyleminde bulunma ve çözülmemiş travma geçmişine sahip olma oranları, kontrol grubuna göre daha fazla bulunmuştur.¹⁰⁹ Saplantılı bağlanan üniversite öğrencilerinde daha fazla duygudurum bozukluğu;¹¹⁰ Saplantılı bağlanmış ve psikiyatri servisinde yatarak tedavi gören ergenlerde daha yüksek oranlarda intihar davranışı, anksiyöz ve distimik kişilik özellikleri olduğu bulunmuştur.¹¹¹ Normal örneklemden kadınlar üzerinde yapılan iki farklı çalışmada, saplantılı bağlanma ile distimi tanısı alma arasında güçlü bir pozitif ilişki tespit etmişlerdir. Yazarlar, saplantılı bağlananlarda çözülmemiş yas gibi bir sürecin, bu bulguyla ilişkili olabileceğini öne sürmüşlerdir.^{112,113}

Anksiyeteli yetişkinler, aşırı derecede bağımlı hale gelmekte ve eşlerden yüksek seviyede yakınlık, onay ve yanıt istemektedir. Kendilerine ve ortaklarına ilişkin daha az pozitif görüşlere sahip olma eğilimindedirler ve ilişkilerinde yüksek oranda duygusal ifade, endişe ve dürtüler sergileyebilirler. Küçümsemeyi önleyen

¹⁰⁷Bartholomew ve Horowitz a.g.e. , s.191.

¹⁰⁸Nursen Oral, Yeme Tutum Bozukluğu İle Kişilerarası Şemalar, Bağlanma Stilleri, Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Öfke Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi,. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı,Psikoloji Bölümü (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

¹⁰⁹Jennifer Allen vd., “DSM-IV Criteria For Childhood Separation Anxiety Disorder: Informant, Age, And Sex Differences”, **J Anxiety Disord**, 2010,24: 946–52.

¹¹⁰Lin Shi, “The Association Between Adult Attachment Styles and Conflict Resolution in Romantic Relationships”, **Am J Fam Ther**, 2003, 31: 143-157.

¹¹¹ Evrim Erbek vd, Evlilik Uyumu. **Düşünen Adam** 2005,18:39-7.

¹¹²Antonia Bifulco vd., “Adult Attachment Style As Mediator Between Childhood Neglect/Abuse And Adult Depression And Anxiety”, **Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol**, 41: 796-805.

¹¹³Winnie Eng vd., “Attachment İn Individuals With Social Anxiety Disorder: The Relationship Among Adult Attachment Styles, Social Anxiety And Depression, **Emotion**, 2001,1: 365-380.

yetişkinler, genellikle tamamen bağlanmayı önleyen, yüksek bir bağımsızlık istemektedir. Duygularını bastırma eğilimi gösterirler. Korkulu-kaçınan yetişkinler, duygusal yakınlıktan rahatsızlık duyar ve yakın ilişkiler hakkında karışık duygulara sahiptir. Eşlerine güvensiz olma eğilimindedirler ve kendilerini değersiz görürler, daha az samimiyet isterler, duygularını bastırırlar.¹¹⁴ Yetişkin romantik ilişkilerdeki bağlanma şekilleri bebeklerdeki bağlanma stillerine benzemektedir. Ancak yetişkinler farklı ilişkiler için farklı iç çalışma modelleri düzenleyebilirler.^{115,116} Başka bir düzeyde, belirli ilişkiler veya ilişki olayları hakkında bilgi sahibi olurlar. Farklı düzeylerdeki bilgilerin tutarlı olması gerekmez. Bu nedenle, bireyler farklı ilişkiler için farklı iç çalışma modelleri içerebilir. Romantik ilişkiler, ebeveyn ilişkileri veya akran ilişkileri olmak üzere farklı alanlarda araştırmalar yapılmıştır. Bazıları yetişkinlerin zihin hallerini çocukluk deneyimlerine atıfta bulunarak bağlanma ve bağlanma kalıplarına göre sınıflandırırken diğerleri anne-babalar ve akranları ile ilgili ilişki davranışlarını ve güvenliğini değerlendirmektedir.¹¹⁷

¹¹⁴ Bartholomew ve Leonardo , a.g.e. , s.199.

¹¹⁵Chris Fraley, Philip Shaver, "Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, And Unanswered Questions", *Rev Gen Psychol*, 2000, 4: 132–154.

¹¹⁶Pietromonaco Paula, Barrett Lisa Feldman, "The Internal Working Models Concept: What Do We Really Know About The Self In Relation To Others?", *Rev Gen Psychol*, 2000, 4 (2): 155–175.

¹¹⁷ Judith Crowell, Chris Fraley , Shaver Philip, Measurement Of Individual Differences In Adolescent And Adult Attachment. In Cassidy J,Shaver Pr. Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications. New York And London: Guilford Press. 2008

İKİNCİ BÖLÜM

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde sırasıyla, araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, araştırma grubuna, araştırmada kullanılacak veri toplama araçları, verilerin toplanmasında izlenecek işlem yoluna ve elde edilecek verilerin istatistiksel analizine yönelik bilgiler sunulmuştur.

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağlanma arasındaki ilişkinin düzeyinin belirlenmesi ve nasıl bir etkileşim içinde bulduklarının incelenmesi amacıyla genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır. Tarama modelleri geçmişe dayanan veya süregelen bir hali olduğu gibi betimlemeye dayanan araştırma biçimidir. Araştırmaya katılan bireyleri içinde oldukları kendi şartları dahilinde olduğu haliyle tanımlamayı esas alır.

Araştırmaya katılanların yaş, cinsiyet, anne ve baba eğitim durumu, maddi durum, aile ile beraber/ ayrı yaşama durumu, anne babanın boşanmış veya ayrı olup olmadığı ve bireyin etkilendiği üzücü duygusal veya fiziksel bir travma geçirip geçirmediği gibi bağımsız değişkenler yetişkin ayrılma anksiyetesi ve bağlanma biçimleri çerçevesinde tarama modeli ile değerlendirilmiştir.

Ayrıca araştırmaya dahil edilen bu üniversitesi öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağlanma biçimlerinin ilişki varlığı ve düzeyi incelenmiştir.

2.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini, 2016 yılının Mart ve Nisan ayları içerisinde İstanbul ilinde yaşayan 18-29 yaş aralığında Nişantaşı Üniversitesi, Aydın Üniversitesi ve İstanbul Üniversite'lerinde okuyan üniversite öğrencileriyle yapılmıştır. Çalışmada tesadüfi örnekleme yöntemine göre seçilen 150 kişi katılmıştır. Örnekleme meydana getiren üniversite öğrencilerinin 68 'i erkek (%45,33) ve 82 'si kadın (%54,66) öğrencilerdir.

2.2.1. Araştırmaya Dâhil Edilme Ölçütleri

1. Üniversite öğrencisi olmak,
2. Herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı almamış olmak, hiç tedavi görmemiş olmak,

3. Çalışma için yazılı onam vermek,

2.2.2. Araştırmada Dışlama Ölçütleri

1. Üniversite öğrencisi olmamak,
2. Psikolojik ya da psikiyatrik tedavi görmemek.

2.3. Araştırmanın Hipotezleri

Araştırmanın ana hipotezi; “Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyeteleri bağlanma stillerini etkilemektedir” şeklinde kurulmuştur.

Alt hipotezler ise sırasıyla;

H₁: Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri yaşlarına göre farklılık göstermektedir.

H₂: Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri cinsiyetlerine göre farklılık göstermektedir.

H₃: Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri aylık gelir durumuna göre farklılık göstermektedir.

H₄: Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri aile ile beraber yaşama kalitesine göre farklılık göstermektedir.

H₅: Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri ailenin parçalanmış aile olup olmasına göre farklılık göstermektedir.

2.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada üniversite öğrencilerinin kendileri ve aileleri ile ilgili demografik verileri toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile bağımsız değişkenlere yönelik bilgiler toplanmıştır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak ayrılık anksiyetesini ölçmek için Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ve bağlanma şeklini değerlendirmek için Griffin ve Bartholomew'un (1994) tarafından geliştirilen İlişki Ölçekleri Anketi kullanılmıştır. ¹¹⁸

¹¹⁸Dale Wesley Griffin ve Kim Bartholomew. “Models Of The Self And Others: Fundamental Dimensions Underlying Measures Of Adult Attachment”, *J Pers Soc Psychol*, 1994, 67(3):430-445

Verileri toplamak üzere randomize yöntemle belirlenen örneklem grubuna sözü geçen ölçekler öğrencilere verilip gerekli açıklamalarda bulunulmuştur. Kişisel bildirim dayanan ölçeklerin katılımcı tarafından tek başına doldurulması istenilmiştir. Uygulama esnasında bir problemle karşılaşmamıştır.

2.4.1. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği

YAA, 2003 yılında Manicavasagar, Silove, Wagner ve Drobny'in geliştirdiği yetişkin ayrılma kaygısına ilişkin 27 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Bu ölçek ister çocuklukta başlayıp yetişkinlikte devam etsin, ister ilk kez yetişkinlikte çıksın ayrılma kaygısı belirtilerini sorgulamakta ve şiddetini belirleyebilmektedir. Ölçek, "çok sıklıkla, sıklıkla, nadiren, hiç" şeklinde verilen yanıtları değerlendirme ile ölçüm yapmaktadır.

Ölçeğin Türkçe versiyonu geçerlik güvenirlik çalışması 2010 yılında Diriöz ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Ayrılık anksiyetesi belirti envanteri (AABE) ve YAA 'nın geçerlilik ve güvenirliğini değerlendirdikleri çalışma sonucunda faktör analizine göre AABE 'nin 3, YAA 'nın 5 faktörlü bir yapıya sahip olduklarını göstermişlerdir. AABE ve YAA için yüksek iç tutarlılık olduğunu sırasıyla Cronbach alfa değerleri 0,89 ve 0,93 ile göstermiş olup güvenirliklerinin de test-tekrar-test değerlendirmesine göre oldukça yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Bu güvenirlik testinde YAA için 80 deneğe 2. defa ölçeklerin uygulanması ile ilk sonuçları ortalama 28,43 (ss=15,50) puan değerinde ve test-tekrar test ortalaması 27,78 (ss=15,23) puan olarak bulunmuştur. Buna göre iki değerlendirme için bir fark görülmemiş olup iki uygulama arası korelasyon yüksek bulunmuştur ($r=0,93$, $p<0,001$). Madde analizine yönelik toplam puan korelasyonu yöntemini kullanarak, bu korelasyonların 0,43 ile 0,65 arasında değişkenlik gösterdiğini bulmuşlardır. 410 kişilik (282 hasta, 128 kontrol) örneklem ile yaptıkları bu çalışma sonucunda AABE ve YAA ölçeklerinin Türkçe versiyonlarının geçerli ve güvenirlik ölçüm araçları olduğunu göstermişlerdir. Buna göre YAA ile 25 ve üzerinde puan alanların ölçeğin ölçütlerini yüksek olasılıkla karşıladığı öngörülmektedir. ¹¹⁹

2.4.2. İlişki Ölçekleri Anketi

İlişki Ölçekleri Anketi Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek 30 maddeden oluşmaktadır ve farklı maddeler toplanarak dört bağlanma

¹¹⁹Meliha Diriöz vd., "Ayrılma anksiyetesi Belirti Envanteri ile Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketinin Türkçe Versiyonunun Geçerlilik ve Güvenirliği", *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2011, 22:1-13.

prototipini ölçmek amaçlanmaktadır.¹²⁰ İÖA, Hazan ve Shaver'ın (1987;1994) bağlanma ölçümündeki paragraflarından, Bartholomew ve Horowitz'in (1991) "İlişki Anketi" ve Collins ve Read'in (1990) "Yetişkin Bağlanma Ölçeği'nde" kullanılan maddelerden oluşturulmuştur.^{121 122 123 124}Sümer ve Güngör (1999) tarafından bu ölçek Türkçeye uyarlanmıştır.¹²⁵ Ölçekte, güvenli ve kayıtsız bağlanma stilleri beşer maddeyle ölçülürken saplantılı ve korkulu bağlanma stilleri dörder madde ile ölçülmektedir. Bir madde ters kodlanarak iki alt boyutta kullanılmaktadır. Katılımcılar, her bir maddenin kendilerini ve yakın ilişkilerdeki genel tutumlarını ne derece tanımladığını 7 basamaklı bir ölçek üzerinde işaretlemişlerdir. (1=beni hiç tanımlamıyor; 7=tamamıyla beni tanımlıyor). Buna göre 1., 4., 9. ve 14. sorular korkulu stili, 2., 5., 12., 13. ve 16. sorular kayıtsız stili, 3., 7., 8., 10. ve 17. sorular güvenli stili, 5 (recode), 6., 11., 15. sorular saplantılı stili ölçmektedir. Dört bağlanma stilini yansıtan sürekli puanlar bu stilleri ölçmeyi hedefleyen maddelerin toplanmasından ve bu toplamın her bir alt ölçekteki madde sayısına bölünmesinden elde edilmektedir. Böylece alt ölçeklerden alınabilecek puanlar 1 ile 7 arasında değişmektedir. Bu yolla elde edilen sürekli puanlar katılımcıları bağlanma stilleri içinde gruplandırılmaktadır. Gruplandırma sürecinde her bir katılımcı, en yüksek puana sahip olduğu bağlanma kategorisine atanmaktadır.

2.5. İstatistik Analizler

Verilerin istatistiksel analizi *SPSS 23.0 for Windows* programı ile yapılmıştır. Çalışmada bağımsız değişkenlere verilen yanıtların dağılımına ilişkin tanımlayıcı istatistikler, kategorik değişkenler için sayı ve yüzdeler, sayısal değişkenler ortalama ve standart sapma olarak sunulmuştur. Sayısal değişkenler için çoklu bağımsız grup karşılaştırmalarında ikili değişkenler için Student's T testi ve One Way Anova testi uygulanmıştır. Kategorik değişkenler için ise Ki-Kare test istatistiği, sayısal veriler arasındaki ilişkide normal dağılım sağlandığı korelasyonlar için Pearson istatistiği kullanılmıştır. Değişkenler arasında belirlenen anlamlı farklılıkların

¹²⁰Dale Wesley Griffin ve Kim Bartholomew. "Models Of The Self And Others: Fundamental Dimensions Underlying Measures Of Adult Attachment." *J Pers Soc Psychol*, 1994, 67(3),430-445

¹²¹ Nancy L Collins ve Stephan J Read , "Adult Attachment Working Model and Relationship Quality in Dating Couples", *J Pers Soc Psychol*, 1990,58(4):644-663

¹²² Cindy Hazan ve Philip Shaver , "Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process", *J Pers Soc Psychol*, 1987,52(3):511-524.

¹²³Cindy Hazan ve Philip Shaver, "Attachment As An Organizational Framework For Research on Close Relationships", *Psychol Ing*, 1994,5(1):1-22.

¹²⁴Kim Bartholomew, Leonardo HOROWITZ, "Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model", *J Pers Soc Psychol*, 1991, 61 (2): 226-244.

¹²⁵Nebi Sümer ve Derya Güngör, Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemini Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürler-Arası Bir Karşılaştırma, *Türk Psikoloji Dergisi*, 1999, 14(43): 71-106.

hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için “Scheffe” testi uygulanmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi p değerinin 0,05 ten küçük olması durumu olarak kabul edilmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın alt problemlerini cevaplamak üzere önceki bölümde açıklanan veri toplama araçları ve uygulanan ölçüm araçlarına dayalı olarak, elde edilen verilerin uygun istatistiksel yöntemlerle analizi sonucunda ortaya çıkan bulgulara ve bu bulgulara ilişkin yorumlara yer verilmiştir. Bulguların ve yorumların verilisinde alt problemlerin sırası izlenmiş ve sonuçlar tablolar halinde sunulmuştur.

3.1. Demografik Bilgiler

Araştırmaya yaşı 18-29 arasında olan toplam 150 öğrenci katılmıştır. Bu öğrencilerin 82'si (%54,65) kadın, 68'i (%45,33) erkektir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencileri yaş ortalaması $21,03 \pm 1,68$ yıldır. ($ss=1,68$) bulunmuştur. Öğrenciler 21 yaş altı (18-21) ve üstü (22-29) olarak iki gruba ayrıldığında 62'si (%41,33) 18-21 yaş aralığında bulunurken, 88'i (%58,67) 22-30 yaş aralığında olduğu tespit edilmiştir. Bunu yanı sıra öğrencilerin 31'i (%20,67) birinci sınıfa giderken, 44'ünün (%28,67) ikinci sınıf, 43 'ünün (%27,33) üçüncü sınıf ve 35'inin (%23,33) dördüncü sınıfa gittiği saptanmıştır. Araştırmadaki üniversite öğrencilerinin anne ve babalarının eğitim durumu incelendiğinde annelerin 46 'sının (%30,67) ve babaların 58 'inin (%38,67) üniversite mezunu olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin 52 'sinin (%34,67) aylık geliri 1.300 TL- 3.500TL aralığında bulunurken, 94' ünün (%62,63) 3500 TL ve üzerinde aylık gelirleri bulunduğu tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan bireylerin ve ailelerinin demografik özelliklerine ilişkin frekans dağılımı Tablo-3 'de gösterilmektedir.

Tablo-3 Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencileri ile Ailelerin Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans Dağılımı

		S	%
Cinsiyet	Erkek	68	45,33
	Kadın	82	54,66
Sınıf	1	31	20,67
	2	44	28,67
	3	43	27,33
	4	35	23,33
Anne eğitim durumu	Okur yazar değil	3	2,00
	Okur yazar	5	3,33
	İlkokul	21	14,00
	Ortaokul	23	15,33
	Lise	37	24,67
	Üniversite	46	30,67
	Yüksek lisans ve üstü	15	10,00
Baba eğitim durumu	Okur yazar değil	2	1,33
	Okur yazar	2	1,33
	İlkokul	11	7,33
	Ortaokul	21	14,00
	Lise	32	21,33
	Üniversite	58	38,67
	Yüksek lisans ve üstü	24	16,00
Aylık Gelir¹²⁶	0-1.300 TL	4	2,70
	1.300TL-3.500TL	52	34,67
	3500 TL ve yukarısı	94	62,63

Araştırmadaki üniversite öğrencilerinin okuduğu bölümler incelendiğinde en çok okunan bölümler 23 kişi ile (%15,33) psikoloji bölümü olurken onu 19 kişi ile (%12,67) uluslararası ilişkiler bölümü takip etmiştir. Ayrıca bu öğrencilerin 109 'u (%72,67) ailesiyle beraber yaşarken 41'i (%27,33) yalnız yaşadığı saptanmıştır. Anne ve babanın birliktelik durumları değerlendirildiğinde, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin 136' sının (%92,67) anne-babası evli iken 14'ünün (%9,33) boşanmış olduğu görülmüştür. Bunların yanı sıra öğrencilerin 35'inin (%23,33) hayatlarında onları etkileyen üzücü duygusal veya fiziksel bir travma geçirdiği belirlenmiştir. Tablo-4'te araştırmaya katılan öğrencilerin bölüm bilgileri, aileleri ile yaşama durumu, anne babanın birlikteliği ve kendilerinin travma geçmişine dair ilişkin frekans dağılımını göstermektedir.

¹²⁶ http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1011.(Erişim Tarihi : 20.02.2018)

Tablo-4 Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerin Bölümleri, Aile İle Beraber Yaşama Durumu, Travma Geçmişi İle Anne Babanın Birliktelik Durumuna İlişkin Frekans Dağılımı

		S	%
Bölümü	Adalet	2	1,33
	Astronomi	1	0,67
	Edebiyat	9	6,00
	Ekonomi	5	3,33
	Elek. Elektronik Müh.	2	1,33
	Endüstri Müh.	4	2,67
	Felsefe	6	4,00
	Hukuk	14	9,33
	İç Mimarlık	1	0,67
	İnşaat Müh.	1	0,67
	İslami İlimler	3	2,00
	İşletme	12	8,00
	İşletme Yönetimi	6	4,00
	Kimya	1	0,67
	Mimarlık	9	6,00
	Mühendislik	2	1,33
	Psikoloji	23	15,33
	Sinema TV	4	2,67
	Siyaset Bil.ve Uİ	2	1,33
	Sosyoloji	1	0,67
	Tıp	1	0,67
	Uluslararası İlişkiler	19	12,67
	Uluslararası Tic. İşl.	5	3,33
Uluslararası Ticaret	17	11,33	
Ailenizle beraber mi yaşıyorsunuz?	Evet	109	72,67
	Hayır	41	27,33
Anne babanız birlikte mi?	Evet	136	90,67
	Hayır	14	9,33
Sizi etkileyen üzücü duygusal veya fiziksel bir travma geçirdiniz mi?	Evet	35	23,33
	Hayır	115	76,67

3.2. Güvenilirlik Analizi

Araştırma kapsamında 150 üniversite öğrencisi ile yapılan çalışmada iç tutarlık katsayısı olarak Cronbach alfa değerleri tespit edilmiştir. Bu değerlendirmeye göre;

- ✓ 0,00 – 0,40 aralığında ise: ölçeğin güvenilir olmadığı,
- ✓ 0,40 – 0,60 aralığında ise: ölçeğin düşük güvenilirlikte olduğu,
- ✓ 0,60 – 0,80 aralığında ise: ölçeğin oldukça güvenilir olduğu ve
- ✓ 0,80 – 1,00 aralığında ise: ölçeğin yüksek güvenilirlikte olduğu şeklinde yorumlanmaktadır.

Buna göre Cronbach alfa değeri “İlişki Anketinde” ortalama 0,792, “Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeğinde ise ortalama 0,902 olarak bulunmuştur. Bu durum ilişki anketi ölçeğinin oldukça güvenilir olduğu; yetişkin ayrılma anksiyete ölçeğinin ise yüksek güvenilirlikte olduğu sonucunu vermiştir. Tablo-5’de Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ve İlişki Anketine ait güvenilirlik analizi sonuçları gösterilmektedir.

Tablo-5 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğine Ait Güvenilirlik Analizi Sonuçları

		Soru Sayısı	Cronbach’s Alpha
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği		27	0,902
İlişki Anketi	Korkulu Bağlanma	30	0,705
	Kayıtsız Bağlanma		0,731
	Güvenli Bağlanma		0,822
	Saplantılı Bağlanma		0,910

3.3. Kategorik Bağlanma Stilleri

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanma stilleri değerlendirildiğinde, en yüksek oranı Güvenli bağlananlar (%42,6) oluşturmuştur. Güvensiz bağlanma stillerinin görülme oranı sırasıyla Korkulu ve Saplantılı bağlanma olsa da, bu oranlar birbirlerine oldukça yakındır (%24,1; %22,0). En az temsil edilen güvensiz bağlanma stili ise Kayıtsız bağlanmadır (%11,3). Tablo-6’da kategorik bağlanma stillerinin frekansları gösterilmektedir.

Tablo-6 Kategorik Bağlanma Stillerinin Frekansları

Bağlanma Stilleri	Kadın		Erkek		Toplam	
	s	%	s	%	s	%
Güvenli bağlanma	35	52,4	29	43,5	64	42,6
Korkulu bağlanma	24	36,0	12	18,1	36	24,1
Saplantılı bağlanma	15	22,5	18	27,0	33	22,0
Kayıtsız bağlanma	8	12,1	9	13,4	17	11,3

3.4. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Anketi Ölçeklerinin Genel Verileri

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ölçeğinin ortalaması $2,66\pm 0,29$ olduğu tespit edilirken, ilişki ölçeğinin toplamda ortalaması $3,92\pm 0,38$ olarak bulunmuştur. Yetişkin Ayrılma Anksiyetesinin sonucuna göre araştırmaya katılan öğrencilerin ayrılma anksiyetesini sık hissettikleri görülmüştür. İlişki ölçeğinin sonuçlarına göre ise orta düzeyde bağlama seviyeleri olduğu görülmüştür. Tablo-7’de YAA ve ilişki ölçeğinin toplam puan ortalamaları gösterilmektedir

Tablo-7 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Toplam Puan ortalamaları

	Soru Sayısı	S	Ort±Std
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	27	150	2,66±0,29
İlişki Ölçeği	30	150	3,92±0,38

3.5. Korelasyon Analizleri

Pearson korelasyon analizine göre korelasyon katsayıları (r) ile değerlendirme yapılmaktadır. Buna göre;

- ✓ $r < 0,2$ ise çok zayıf ve korelasyon olmaması
- ✓ $0,2 - 0,4$ arasında zayıf korelasyon
- ✓ $0,4 - 0,6$ arasında orta derecede korelasyon
- ✓ $0,6 - 0,8$ arasında yüksek korelasyon ve
- ✓ $0,8 > r$ değerinde çok yüksek derecede korelasyon varlığı olarak, işaretin pozitif olması olumlu (düz) yönde, negatif olması ise olumsuz (ters) korelasyon yönünü gösterdiği şeklinde yorumlanmıştır.

Araştırma için her iki ölçek için de bağlanma stilleri arasındaki korelasyonlarda YAA ile Güvenli Bağlanma arasındaki korelasyon olumsuz (ters) yönde ($r = -0,417$) ve orta derecede olup, belirgin istatistiksel anlam düzeyindedir ($p < 0,001$). YAA ve Saplantılı Bağlanma ile Korkulu Bağlanma Stilleri arasındaki korelasyonlar beklendiği gibi olumlu yönde ve anlamlı olmasına karşın korelasyon derecesi zayıftır. YAA ile kayıtsız bağlanma arasında ise istatistiksel anlamlı ilişki ve korelasyon saptanmamıştır. Tablo-8’de çalışmada araştırılan değişkenler arasındaki Pearson korelasyon analizi sonuçları gösterilmektedir.

Araştırmanın ana hipotezi “araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyeteleri bağlanma stillerini etkilemektedir” olarak kurulmuştur.

Yapılan bu analize göre hipotezimizin doğrulanmış olduğu görülmektedir. YAA artarken korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin de arttığı, güvenli bağlanma stilinin ise azaldığı şeklinde olumlu ve olumsuz yöndeki korelasyon etkileşimleri tespit edilmiştir.

Tablo-8 Çalışmada Araştırılan Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

	Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Korkulu Bağlanma	Kayıtsız Bağlanma	Güvenli Bağlanma	Saplantılı Bağlanma
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	1	,157*	,019	-,417**	,168*
Korkulu Bağlanma	,157*	1	,084	,245	,048
Kayıtsız Bağlanma	,019	,084	1	-,092	,208
Güvenli Bağlanma	-,417**	,245**	-,092	1	,149**
Saplantılı Bağlanma	,168*	,048	,208*	,149*	1

*p<.05 , **p<.01

3.6. Yetişkin Anksiyete Anketi ile İlişki Anketi Alt Boyutlarının, Öğrencilerinin Kişisel Demografik Özellikleri İle Karşılaştırmalı Analizi

3.6.1. Yaş

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin alt boyut puan ortalamalarının yaşa göre arasındaki fark olup olmadığı istatistiksel testlerde bağımsız t testi ile araştırılmıştır. Buna göre Yetişkin Ayrılma Anksiyetesine ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerde yaş durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (p<0,05). YAA puan ortalaması 18-21 yaş arası öğrencilerde 2,63 iken 22-29 yaş arası öğrencilerde 2,68'dir. Bu bulgumuz 22-29 yaş arası öğrencilerde daha yüksek YAA olduğu sonucunu göstermiştir.

İlişkisel Bağlanma ölçeğinin alt boyutlarından korkulu bağlanma ile kayıtsız bağlanma, güvenli bağlanma ve saplantılı bağlanma alt boyutlarına ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin yaş durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir (p>0,05) (Tablo-9).

Bu bulgulara göre araştırma başında kurulmuş olan alt hipotezlerden “Öğrencilerinin yaşadığı yetişkin ayrılık anksiyetesi ve bağlanma stilleri yaşlarına göre farklılık göstermektedir” şeklindeki hipotezimiz doğrulanmamıştır. Yapılan bu analiz “Öğrencilerinin yaşadığı yetişkin ayrılık anksiyetesi yaşlarına göre farklılık göstermektedir” şeklinde bir hipotezi doğrulayabilecek bulguyu vermektedir. Ancak bu çalışmada hipotez hem YAA hem de bağlanma stillerinin yaşa bağlı farklanmasını içermektedir.

Tablo-9 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yaşlarına Göre Farkı

	Yaş	s	Ort±Std	F testi	T testi	P değeri
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	18-20	62	2,63±0,47	3,318	-0,551	0,048*
	21-29	88	2,68±0,56		-0,568	0,041*
Korkulu Bağlanma	18-20	62	4,17±1,08	,446	0,139	0,890
	21-29	88	4,15±1,01		0,137	0,891
Kayıtsız Bağlanma	18-20	62	4,30±0,88	1,870	0,936	0,351
	21-29	88	4,17±0,78		0,918	0,361
Güvenli Bağlanma	18-20	62	3,97±1,03	,489	-0,175	0,862
	21-29	88	4,00±0,91		-0,171	0,865
Saplantılı Bağlanma	18-20	62	3,89±0,92	,651	0,863	0,390
	21-29	88	3,78±0,74		0,833	0,407

* p<0,05

3.6.2.Cinsiyet

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin alt boyut puan ortalamalarının cinsiyete göre arasındaki fark olup olmadığı istatistiksel testlerde bağımsız t testi ile araştırılmıştır. Buna göre YAA' ya ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir (p<0,05). Ankete ait ortalama puanların kadın öğrencilerin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Puan ortalamaları göz önünde bulundurulduğunda, erkek öğrencilerde 2,60 iken kadın öğrencilerde 2,72'dir.

İlişkisel Bağlanma ölçeğinin alt boyutlarından Korkulu Bağlanma ile araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir (p<0,05). Bu alt boyut puanlarının kadın öğrencilerde daha

yüksek olduğu saptanmıştır. Bu alt boyuta ait puan ortalaması erkek öğrencilerde 3,95, kadın öğrencilerde 4,33'dür. Kayıtsız Bağlanma, Güvenli Bağlanma ve Saplantılı Bağlanma alt boyutlarına ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyetin durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>0,05$). (Tablo 10)

Bu bulgulara göre araştırma başında kurulmuş olan alt hipotezlerden "Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri cinsiyetlerine göre farklılık göstermektedir" hipotezimiz doğrulanmaktadır. Üniversite öğrencisi olan kadınların, erkeklere göre daha fazla YAA yaşadığı, istatistiksel analiz ile desteklenirken, korkulu bağlanma dışındaki diğer bağlanma stilleri bakımından istatistiksel anlamlı bir ilişki göstermemektedir. Bağlanma stillerinden bir tipinin etkileniyor olması, cinsiyetin bağlanma stilleri (tüm bağlanma stilleri ifadesi kullanılmadığından) için farklılık oluşturan bir etken olduğunu göstermektedir.

Tablo-10 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyetine Göre Farkı

	Cinsiyet	s	Ort±Std	F testi	T testi	P değeri
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Kadın	82	2,72±0,50	0,101	1,382	0,011*
	Erkek	67	2,60±0,53		1,376	0,039*
Korkulu Bağlanma	Kadın	82	4,33±1,01	0,039	2,201	0,029*
	Erkek	67	3,95±1,04		2,196	0,030*
Kayıtsız Bağlanma	Kadın	82	4,31±0,77	0,447	1,374	0,172
	Erkek	67	4,12±0,88		1,356	0,178
Güvenli Bağlanma	Kadın	82	3,88±0,93	1,150	-1,313	0,191
	Erkek	67	4,09±0,99		-1,304	0,194
Saplantılı Bağlanma	Kadın	82	3,75±0,81	0,228	-1,114	0,267
	Erkek	67	3,91±0,83		-1,112	0,268

* $p<0,05$

3.6.3. Aylık Gelir

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin alt boyut puan ortalamalarının Aylık Gelir durumuna göre arasındaki fark olup olmadığı One –Way Anova testi ile araştırılmıştır. Buna göre YAA' ya ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<0,05$).

İlişkisel Bağlanma ölçeğinin alt boyutlarından kayıtsız bağlanma, korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma alt boyutlarına ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>0,05$). Güvenli bağlanma alt boyut puanları araştırmaya katılan öğrencilerin aylık gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<0,05$). Aylık geliri 1.300TL-3.500TL arasında olanlarda daha yüksek güvenli bağlanma alt boyut puanı olduğu saptanmıştır. Bu aralıktaki aylık geliri olan üniversite öğrencilerinde güvenli bağlanmanın daha güçlü olduğu sonucuna varılmıştır (Tablo-11).

Bu bulgulara göre araştırma başında kurulmuş olan alt hipotezlerden “Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri aylık gelirine göre farklılık göstermektedir” hipotezini doğrulamaktadır. Üniversite öğrencisi olan kişilerin YAA durumu ile aylık geliri arasında ilişki var iken, güvenli bağlanma dışındaki diğer bağlanma stilleri bakımından bir fark belirlenmemiştir. YAA ‘nın aylık gelire ters orantılı ilişkisi dikkat çekmektedir. Aylık gelir yükseldikçe YAA durumunda azalma görülmüştür.

Tablo-11 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Aylık Gelir Durumuna Göre Farkı

		s	Ort±Std	F testi	T testi	P değeri
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	0-1.300 TL	4	2,20±0,25	2,919	,12874	0,036*
	1.300TL-3.500TL	52	2,55±0,48		,06716	
	3500 TL ve yukarısı	94	2,74±0,53		,05591	
Korkulu Bağlanma	0-1.300 TL	4	4,68±1,51	1,002	,75949	0,394
	1.300TL-3.500TL	52	4,11±1,06		,14780	
	3500 TL ve yukarısı	94	4,18±1,01		,10427	
Kayıtsız Bağlanma	0-1.300 TL	4	4,45±0,66	0,834	,33040	0,477
	1.300TL-3.500TL	52	4,23±0,81		,11310	
	3500 TL ve yukarısı	94	4,22±0,83		,08688	
Güvenli Bağlanma	0-1.300 TL	4	3,90±1,05	0,493	,52599	0,018*
	1.300TL-3.500TL	52	4,11±0,93		,13000	
	3500 TL ve yukarısı	94	3,92±0,98		,10239	
Saplantılı Bağlanma	0-1.300 TL	4	4,00±0,35	0,791	,17678	0,511
	1.300TL-3.500TL	52	3,96±0,92		,12869	
	3500 TL ve yukarısı	94	3,75±0,77		,08027	

* p<0,05

3.6.4. Aile ile Beraber Yaşama

Araştırma kapsamında YAA ve İlişki Ölçeğinin alt boyut puan ortalamalarının aile ile beraber yaşama durumuna göre arasındaki fark olup olmadığı istatistiksel testlerde bağımsız t testi ile araştırılmıştır. Buna göre YAA 'ne ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerde Aile ile beraber yaşama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>0,05$).

İlişkisel Bağlanma Ölçeğinin alt boyutlarından korkulu bağlanma, kayıtsız bağlanma ve saplantılı bağlanma alt boyutlarına ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin aile ile beraber yaşama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>0,05$). Buna karşın güvenli bağlanma alt boyut puanlarının ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin aile ile beraber yaşama durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<0,05$). Bu alt boyut puanlarının aileleri ile beraber yaşayan çocuklarda daha yüksek olduğu

saptanmıştır. Aileleri ile birlikte yaşayan üniversite öğrencilerinin daha yüksek güvenli bağlanma durumunda olduğu sonucuna varılmaktadır (Tablo-12).

Bu bulgular dahilinde araştırma başlangıcında kurulmuş olan alt hipotezlerden; “araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeyleri ve bağlanma stilleri aile ile beraber yaşama durumuna göre farklılık göstermektedir” hipotezi doğrulanmamıştır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ile aileyle beraber yaşama durumu arasında fark var iken, YAA ve diğer bağlanma stilleri ile fark bulunmamıştır.

Tablo-12 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan Ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Aileleri İle Beraber Yaşama Durumuna Göre Farkı

Aile ile beraber yaşama durumu		s	Ort±Std	F testi	T testi	P değeri
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Evet	109	2,62±0,52	,277	-1,525	0,129
	Hayır	41	2,76±0,51		-1,533	0,130
Korkulu Bağlanma	Evet	109	4,19±1,02	,002	0,562	0,575
	Hayır	41	4,08±1,08		0,547	0,586
Kayıtsız Bağlanma	Evet	109	4,20±0,85	,282	-0,676	0,500
	Hayır	41	4,30±0,75		-0,716	0,476
Güvenli Bağlanma	Evet	109	4,02±0,99	1,836	0,646	0,019*
	Hayır	41	3,90±0,89		0,678	0,050*
Saplantılı Bağlanma	Evet	109	3,89±0,85	,617	1,629	0,106
	Hayır	41	3,65±0,70		1,783	0,078

3.6.5. Ailenin Parçalanmış Aile Olup Olmaması

Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin alt boyut puan ortalamalarının ailelerin parçalanmış aile olup olmamasına göre fark olup olmadığı istatistiksel testlerden bağımsız t testi ile araştırılmıştır. Buna göre YAA ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerde ailelerin parçalanmış aile olup olmamasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>0,05$).

İlişkisel Bağlanma Ölçeğinin alt boyutlarından Kayıtsız Bağlanma ve Saplantılı Bağlanma alt boyutlarına ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin

ailelerin parçalanmışlık durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p>0,05$). Fakat güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma alt boyut puanlarının ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin parçalanmış aile olup olmamasına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<0,05$). Bu alt boyut puanlarının anne babası evli olan öğrencilerde daha yüksek olduğu saptanmıştır (Tablo-13).

Araştırma başlangıcında alt hipotezlerden biri olan “Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin YAA düzeyleri ve bağlanma stilleri ailelerin parçalanmış aile olup olmamasına göre farklılık göstermektedir” doğrulanmamaktadır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin YAA durumu ailenin parçalanmış aile olup olmamasına göre farklılık göstermezken, bağlanma stilleri düzeyleri açısından bakıldığında alt boyutlardan güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma ile ailenin parçalanmış aile olmasına göre farklılık göstermektedir. Anne babası evli olan katılımcılarda korkulu bağlanma ve güvenli bağlanma puanları daha yüksektir.

Tablo-13 Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi ve İlişki Ölçeğinin Alt Boyut Puan ortalamalarının Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Anne Babanın Birliktelik Durumuna Göre Farkı

Anne Babanın Birliktelik Durumu		s	Ort±Std	F testi	T testi	P değeri
Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi	Evet	136	2,66±0,52	0,148	0,198	0,844
	Hayır	14	2,63±0,52		0,198	0,846
Korkulu Bağlanma	Evet	136	4,21±1,03	0,411	1,847	0,027*
	Hayır	14	3,67±0,95		1,982	0,025*
Kayıtsız Bağlanma	Evet	136	4,23±0,79	2,176	0,540	0,590
	Hayır	14	4,11±1,12		0,408	0,689
Güvenli Bağlanma	Evet	136	4,05±0,97	3,306	2,688	0,008*
	Hayır	14	3,34±0,63		3,781	0,001*
Saplantılı Bağlanma	Evet	136	3,85±0,83	0,038	1,064	0,289
	Hayır	14	3,60±0,71		1,200	0,247

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

TARTIŞMA

Gelişmiş düzeydeki ülkelerde kalkınma temelde insan gücüne dayanmakta ve bu gücün yetiştirilmesi de büyük ölçüde üniversiteler tarafından sağlanmaktadır. Bu nedenle üniversitelerde öğrenimini sürdürmekte olan genç nüfusun psikososyal durumunun anlaşılması, sorunlarına yönelik kaynakların tespit edilip gerekli iyileştirici yaklaşımlar geliştirilmesi önemlidir. Üniversite öğrencisi kişisel olarak kendi sorunları olan, aileden ayrılıp şehir dışında öğrenim görmek gibi bir takım sıkıntılarla karşılaşan bireydir. Bu sorunlar; sosyal uyum, depresyon, anksiyete, akademik hayat gibi alanlarda ortaya çıkabilmektedir.

Bu yaklaşım dahilinde araştırmada üniversiteye giden öğrencilerin yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin düzeyinin belirlenmesi ve nasıl bir etkileşim içinde bulduklarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Amaç doğrultusunda öğrencilerin kişisel bilgileri kayıt edilip YAA ve İlişki Ölçekleri Anketi ile değerlendirme yapılmıştır.

Donahue 'nun değerlendirmesine göre bireyler ayrılık durumu ile bir bağlanma sistemi üzerinden mücadele etmektedir. Kısmen kalıtsal yatkınlık söz konusu olsa da bağlanma stili erken çocukluk evrelerinde aile ile olan ilişkilerden başlamak üzere yaşam boyu şekillenmektedir.¹²⁷ İşte bu noktada korkulu ya da kaçınma eğilimli bağlanma stili taşıyan yetişkinlerde AAB gelişmektedir. Daha yüksek düzeyde güvensiz bağlanma stili taşıyan yetişkinlerdeki bu bozuk bağlanma stili AAB 'yi güçlendirmektedir. Araştırmaya katılan öğrencilerin ayrılma anksiyetesini sıklıkla hissettikleri tespit edilmiş, ilişki ölçeğinin sonuçlarına göre ise orta düzeyde bağlanma seviyeleri olduğu görülmüştür. YAA ve bağlanma stilleri etkileşimi açısından ise YAA ile korkulu bağlanma ve saplantılı bağlanma stillerinin arasında pozitif yönde ilişki olduğu, güvenli bağlanma stili ile negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Tespit edilen bu ilişki literatürle uyumludur.

Çalışmanın Yetişkin Ayrılma Anksiyete Bozukluğunun iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı yani Cronbach alfa değeri 0,92 olarak saptanmıştır. İç tutarlılık katsayısını ülkemizde Diriöz ve arkadaşları (2010) yayınlanmamış olan çalışmalarında YAA için

¹²⁷Wendy Donahue, Beyond Chemistry: Science Of Relationships. Chicago Tribune. 2012, March 27. Retrieved from <http://www.chicagotribune.com/features/tribu/sc-fam-0327-relationship-science-20120327,0,03245786.story> (Erişim Tarihi:05.06.2017)

0,93 değeri ile¹²⁸ Manicavasagar ve arkadaşlarının yaptıkları çalışmada ise 0.95 olarak yüksek iç tutarlılık olduğunu bulunmuştur. Bu çalışmada elde edilen güvenilirlik katsayısı oldukça yüksek bir değer olup, iyi bir iç tutarlılığı ve yüksek derecede güvenilirliği göstermektedir.

Bağlanma stilleri ile ilgili çalışmalar değerlendirildiğinde; güvenli bağlanma biçimine sahip ergenlerin duygularını daha kolay ifade edebildikleri, anne-baba ilişkilerinde daha az çatışma yaşadıkları bulunmuştur.¹²⁹ Sümer ve Güngör'ün araştırmasında katılımcıların %42'si güvenli, %16'sı korkulu, %26'sı saplantılı, %17'si kayıtsız bağlanma stilinde bulunmuştur. Amerikan örneğinde yapılan çalışmada saplantılı bağlananların daha düşük, kayıtsız bağlananların daha yüksek oranda olduğu bulunmuştur. ABD örneğinde Korkulu bağlanma stili ortalamaları, Türk örneğine göre daha yüksek çıkmıştır.¹³⁰ Bartholomew ve Horowitz ise güvenli bağlanma stilinekileri %57, kayıtsız bağlanma stilinekileri %18, saplantılı bağlanma stilinekileri %10 ve korkulu bağlanma stilinekileri %15 bulmuştur.¹³¹ Bu çalışmada bağlanma stillerindeki en yüksek oranı güvenli bağlananlar (%42,6) oluşturmuştur. Güvensiz bağlanma stillerinin görülme oranı sırasıyla, korkulu ve saplantılı bağlanma olsa da, bu oranlar birbirlerine oldukça yakındır (%24,1; %22,0). En az temsil edilen güvensiz bağlanma stili ise kayıtsız bağlanmadır (%11,3). Bir yüksek öğretim programına yerleşmiş olmak ve mesleğini kısmen belirlemiş olmak gelecek kaygısını azaltan bir faktör olarak düşünülebilir. Bu nedenle üniversite örneğinde en yüksek bağlanma düzeyinin güvenli bağlanma olmasının beklentiye uygun bir sonuç olduğu düşünülmektedir.

Çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik döneminde yaşanan kaygının şiddeti ya da durumun sürekliliği farklılık göstermektedir. Bireyin gelişiminde her yaşın kendine özel gelişimsel özellikleri vardır ve bireyin kaygıları, içinde buldukları yaşın özelliklerine göre farklılık göstermektedir. Her yaş düzeyinde kaygının şiddeti veya durumluk sürekliliği değişmektedir. Yaş ilerledikçe algı düzeyinin artması bunda bir etmen olabilir.¹³² Çalışmamıza katılan üniversite öğrencilerinin 88'i (%58,67) 20 yaş üzerinde bulunmaktadır. YAA 'ya ait puan ortalamaları araştırmaya katılan öğrencilerin yaş durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği

¹²⁸ Diriöz, a.g.e.s,8.

¹²⁹Geraldin Downey vd., "Rejection Sensitivity And Male Violence İn Romantic Relationships" *Pers Relat*,2000, 7, 45-61.

¹³⁰Sümer ve Güngör, a.g.e. ,s.110.

¹³¹Kim Bartholomew , Leonardo Horowitz, " Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four Category Model", *J Pers Soc Psychol*, 1991, 61(2): 226-244.

¹³²Şennur Tutarel-Kışlak , Şeyda Çavuşoğlu, " Evlilik Uyumu, Bağlanma Biçimleri, Yüklemeler Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkiler", *Aile ve Toplum Dergisi*, 2006, 3(9),61-68.

görülmüş ($p < 0,05$), 21-29 yaş aralığında yani daha ileri yaş grubu üniversite öğrencilerinin YAA düzeyinin arttığı sonucuna varılmıştır. Fakat ilişki bağlanma ölçeğinin alt boyutlarına ait puan ortalamaları araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemiştir ($p > 0,05$). Yapılan bir çalışmada yaş ile anksiyete arasında bir ilişki tespit edilememiştir.¹³³ Küçük yaşta yüksek düzeyde görülen ayrılma anksiyete haricinde, 60 yaş üstü bireylerde ise YAA 'nın oldukça az olduğu görülmektedir.¹³⁴ Bu durum yaş ile YAA arasında tek yönlü bir korelasyon olmadığını göstermektedir. Bu çalışma da literatüre 21-29 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinin daha yüksek YAA düzeyi ile katkı sağlamaktadır.

İnsanın kişiliği oluşurken cinsiyeti ve bunun toplumdaki yükümlülükleri önemlidir. Kadınlara, çocukluktan itibaren verilmiş olan toplumsal görevler (aile ile olması, eviyle ilgili olması, eşi ve çocukları ile ilgili olması) bağımlı olarak büyümelerine, anksiyete gelişimi yatkınlığı göstermelerine neden olmaktadır.¹³⁵ Ayrılık kaygısının kadınlarda daha yaygın olduğu ailesel ve ikizlerdeki verilerin kadınlar arasında daha fazla kalıtsallık faktörü olasılığını desteklediği bildirilmektedir. Buna karşın, erkeklerde, erken ayrılma kaygısı, erişkinlikte ciddi endişe verici kaygının oluşması için daha genel bir risk faktörü olabilir. Bunun yanı sıra cinsiyet ile YAA arasında fark olmadığı üzerine çalışmalar da mevcuttur. Akman 1988 yılında yapmış olduğu çalışmasında da cinsiyetin ayrılma kaygısı üzerinde bir fark yaratmadığını göstermiştir.¹³⁶ Sinanoğlu ve Ulutaş kadınların kaygı düzeylerinin erkeklere oranla daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.¹³⁷ Çalışmamızda üniversite öğrencisi kadınların, erkeklere göre daha fazla YAA yaşadığı, istatistiksel analiz ile desteklenirken, korkulu bağlanma dışındaki diğer bağlanma stilleri bakımından istatistiksel anlamlı bir ilişki göstermemektedir. YAA ve cinsiyet ile ilgili bulgular, genel literatürle uyumludur. Üniversite eğitimi almış olmak, kadında çocukluk

¹³³Kobak Roger ve Madsen Stephanie, Disruption In Attachment Bonds. In Cassidy J, Shaver PR. Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications. New York And London: Guilford Press. 2008.

¹³⁴Chanaka Wijaretne ve Vijaya Manicavasagar, "Separation anxiety in the elderly", *J Anxiety Disord*, 2003,17(6):695-702

¹³⁵Nebi Sümer ve Derya Güngör, "Yetişkin Bağlanma Biçimleri Ölçeklerinin Türk Örnekleme Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi ve Kültürlerarası Bir Karşılaştırma" *Türk Psikoloji Dergisi*, 1999, 14 (43). 71-106

¹³⁶Yasemin Akman, "Serbest Oyun Yapılanmış oyun ve Model Alma Tekniklerinin Anaokuluna Yeni Başlayan çocuklarda Görülen Ayrılık Kaygısının azaltılmasındaki Etkileri" *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1988, 3: 99 -104

¹³⁷Fatma Ali Sinanoğlu ve İlkay Ulutaş, Çocuklarda Kaygı ve Bunu Etkileyen Etmenler, http://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/145/alisinanoglu.htm (Erişim Tarihi:04/01/2017)

döneminden itibaren verilen toplumsal rollerin oluşturduğu kaygı düzeyini azaltmamıştır.

Bağlanma stilleri açısından, Sümer ve arkadaşları da kadınların daha fazla korkulu bağlanma gösterdiğini belirtmişlerdir.¹³⁸ Bağlanma biçimi ve cinsiyete yönelik çalışmalarda, başlangıçta erkeklerin kadınlara göre kaçınma bağlanma stiline sahip olduğu, evrensel bir yaklaşım ile değerlendirildiğinde ise kültürlere bağlı olarak “evrensele yakın” sonucuna varılmıştır.¹³⁹ Türkiye’de kız çocukları yakın ilişkiler konusunda korkutularak, özellikle de karşı cins ile ilişki açısından koruma güdüsüne yönelik telkin edilmektedirler. Bu durum göz önüne alındığında üniversite öğrencisi olan kadınların korkulu bağlanma stilinde bağlanma göstermesi literatür ile uyumlu ve beklenen bir sonuçtur. Üniversite eğitimi almak kadınların daha güvenli bağlanma stiline sahip olacağı sonucunu getirmemiştir. Erkek öğrencilere göre kaygı düzeyi daha yüksek olan kadın öğrencilerin bağlanma düzeyinin daha güvensiz olması beklenen bir sonuçtur. Kadınların kaygı düzeyini yükselten toplumsal rollerin günümüz ihtiyaçlarına göre yeniden düzenlenmesine duyulan ihtiyaç bu çalışmayla da tespit edilmiştir.

Öğrencinin cinsiyeti, ailesinin sosyo-ekonomik düzeyi kişiliği ve duygusal durumu, okuldaki başarı, barındığı yer, ailenin ekonomik durumu, arkadaş çevresi öğrencide kaygı yaratıcı ve anksiyeteye neden olan etmenler olarak görülmektedir.¹⁴⁰ Bu araştırmadaki üniversite öğrencilerinin 52’sinin (%34,67) aylık geliri 1.300TL- 3.500TL aralığında bulunurken, 94’ünün (%62,63) 3500 TL ve üzerinde aylık gelirleri bulunduğu tespit edilmiştir. Üniversite öğrencisi olan kişilerin YAA durumu ile aylık geliri arasında ilişki var iken, güvenli bağlanma dışındaki diğer bağlanma stilleri bakımından bir fark göstermemektedir. YAA ‘nın aylık gelirle ters orantılı ilişkisi dikkat çekmektedir. Aylık gelir yükseldikçe YAA durumunda azalma görülmüştür. Bayram ve Bilgel orta ve yüksek seviyede ekonomik şartlara sahip olan ailelerin öğrencilerin anksiyete puanının düşük olduğunu belirtmektedirler. Ailelerin gelir durumunun yüksekliği üniversite öğrencilerinin özgüvenlerinin yükselmesini sağlamakla birlikte gelecek kaygısının azalmasına ve buna bağlı olarak daha az anksiyetenin gelişmesine neden olmaktadır. Bu öğrencilerin aileleriyle daha iyi

¹³⁸Sümer, a.g.e. , s.82.

¹³⁹ Kim Bartholomew , Leonardo Horowitz , “Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four- Category Model”, *J Pers Soc Psychol*, 1991, 61 (2): 226–244.

¹⁴⁰Özlem Çakmak ve Murat Hevedanlı, Eğitim ve Fen Edebiyat Fakülteleri Biyoloji Bölümü Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, *Sosyal Bilimler Dergisi*, 2005, 4, 115-127.

ilişkiler kurdukları ve daha yüksek bağlanma stilleri oluşturdukları görülmektedir.¹⁴¹ Elde ettiğimiz sonuçlar Bayram ve Bilgel'in elde ettiği sonuçları destekler niteliktedir.¹⁴²

Tuzcuoğlu ve Korkmaz; gençlerin ekonomik, eğitimsel, cinsel, okul ve çevreye uyumla ilgili sorunlar yaşadığı, ders dışı etkinliklere zaman ve olanakların olmaması, ulaşım, öğrenimle ilgili yeterli rehberlik olmaması, kendilerine güvenilmemesi ve saygı gösterilmemesi ve aşırı kuralların sıkıcılığı, gibi sorunlar yaşadıklarını bildirmişlerdir.¹⁴³ Öğrencilerin psikolojik yakınmaları arasında ilk sırayı; sıkıntı, karamsarlık, isteksizlik, mutsuzluk alırken ardından korku, topluluk içinde konuşamama, ilişkilerde sorunlar ve psikosomatik yakınmalar, gerilim, aşırı kaygı, uykusuzluk, duygusal kararsızlık, psikolojik sorunlar gelmektedir. Ailelerinden uzakta üniversite ortamına gelen gençlerde, bir grubun üyesi olma, bir meslek sahibi olma ve geleceğe yön verme idealleri ile yeni bir okula, yeni bir kente ve yabancı bir çevreye uyum sağlama çabaları pek çok öğrencide değişik sorunlar ortaya çıkarmakta, öğrenciler geleneksel düzene ve kendilerine yabancılaşabilmektedir.¹⁴⁴ Yaşanan bu sorunlar öğrencilerin anksiyetesini etkileyebilir.

Bayram ve Bilgel, birinci ve ikinci sınıfta olan üniversite öğrencilerinin anksiyete puanları üçüncü ve dördüncü sınıfta okuyan öğrencilerin anksiyete puanlarından daha yüksek olduğunu belirtmektedirler.¹⁴⁵ Wong ve ark. üniversite birinci sınıfta olan öğrencilerin anksiyete puanlarının yüksek olduğu belirtmektedir.¹⁴⁶ Benzer olarak çalışmamızda; ikinci ve üçüncü sınıflarda okuyan öğrencilerde hafif düzeyde anksiyete belirledik. Bu bulgumuz öğrencilerin ikinci ve üçüncü sınıf gibi ara sınıflarda olmaları, yeni bir okula, yeni bir kente, başlangıçta yabancı olarak gördükleri çevreye uyum sağlamları ile açıklanabilir.

Bifulco ve arkadaşlarının izlem çalışmasında belirgin ve orta düzeyde güvensiz bağlanma biçiminin major depresyon ve anksiyeteye zemin hazırladığı

¹⁴¹Nuran Bayram ve Nazan Bilgel, " The Prevalence And Socio-Demographic Correlations Of Depression, Anxiety And Stress Among A Group Of University Students", **Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol.** 2008,43(8):667-672.

¹⁴² Bayram ve Bilgel, a.g.e. , s.669.

¹⁴³Semai Tuzcuoğlu ve Bülent Korkmaz, "Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Öğrencilerinin Boyun Eğici Davranış Ve Depresyon Düzeylerinin İncelenmesi" **M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi**, 2001 ,14: 135-152.

¹⁴⁴Mualla Yılmaz ve Ayşe Ferda Ocağcı, "Bir Kız Öğrenci Yurdunda kalan Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düzeyinin İncelenmesi, **Maltepe Üniversitesi, Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi**,2010,3(1):15:23

¹⁴⁵ Bayram ve Bilgel, a.g.e. ,s.670.

¹⁴⁶Josephine Wong vd., "Web Based Survey of Depression anxiety and stress in first year tertiary education students in Hon Kong" , **Aust N Z J Psychiatry**,2006,40(9): 777- 782

saptanmıştır. Sosyal anksiyete bozukluğu hastalarında yapılan bir çalışmada kaygılı bağlanma biçimine sahip olan katılımcıların, güvenli bağlanma biçimine sahip olanlara göre daha şiddetli sosyal anksiyete ve kaçınma gösterdiği, bunlarda depresyon ve işlevsellikte bozulmanın daha fazla, yaşam memnuniyetinin ise daha az olduğu bulunmuştur.¹⁴⁷ Ayrılma anksiyetesi ile ilişkili olarak genetik etmenler ve erken dönem ebeveyn aşırı koruyucu davranışları da gösterilmiştir. Çocuklukta oluşan bağlanma biçimi büyüdükçe daha da yerleşik hale gelip ayrılma kaygısında artışa sebep olabilmektedir. Ayrılma kaygısının sürekli hale gelmesi yakın ilişkilerde devamlı tarzda bir arada olma isteği ile görülen saplantılı bağlanma biçimi ile yüksek ilişki görülmüştür. Aynı çalışmada yetişkin ayrılma kaygısının hem kaçınma hem de kaygı boyutu ile arasında ilişki bulunduğu gösterilmiştir. Ayrıca yetişkin ayrılma kaygısı ile bağlanmanın kaygı boyutunun kaçınma boyutuna göre daha fazla ilişkili olduğundan bahsedilmektedir. Bu bulgu da çalışmada elde edilen bulgularla örtüşmektedir.

Toplam 242 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir çalışmada, bağlanma biçiminin bireyin kişiliği üzerindeki etkilerine yönelik önemli sonuçlar elde edilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre; güvenli bağlanma stiline sahip bireylerin güvensiz bağlananlara oranla daha az nörotik, daha dışa dönük, daha az kaygılı ve daha sıcak oldukları; kaçınmalı bağlanma geliştirenlerin daha depresif, daha uyumsuz, ilişkilerinde daha doyumsuz oldukları ve ilişkilerinin daha kısa sürdüğü; korkulu bağlananların ise sosyal ilişkilerden kaçınan, duygusal ilişki kuramayan yetişkinler oldukları saptanmıştır.¹⁴⁸ Başka bir araştırmada güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin daha çok güvenli olmayan ailelere sahip olduklarından ergenlik dönemlerinde kişilerarası ilişkilerinde daha çok sorun yaşadıkları saptanmıştır. Ayrıca güvensiz bağlanma stiline sahip ergenlerde suç işleme, anti sosyal davranışlar, düşük öz saygı, yakın ilişki kurmada güçlük, yalnızlık hissi ve utanç gibi duygular yoğun olarak yaşanmaktadır.¹⁴⁹ Diğer yapılan çalışmalarda da güvensiz bağlanma biçimine sahip ergenlerin ise kendilerini başkalarına açma ve yakınlık

¹⁴⁷ Antonia Bifulco vd., "Adult Attachment Style As Mediator Between Childhood Neglect/Abuse And Adult Depression And Anxiety" *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 41: 796-805.

¹⁴⁸Shear Katherine vd., "Prevalance And Correlates Of Estimated DSM-IV Child And Adult Separation Anxiety Disorder In The National Comorbidity Survey Replication". *Am J Psychiatry* 2006; 163:1074-1083).

¹⁴⁹ Judith Crowell vd., Measurement Of Individual Differences In Adolescent And Adult Attachment". In Cassidy J,Shaver PR. *Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications*. New York And London: Guilford Press. 2008.

kurmada isteksiz olmalarının yanı sıra özgüvenlerinin az olduğunu ortaya konmuştur.¹⁵⁰



¹⁵⁰Allen, a.g.e. , s.950.

SONUÇ

Bu çalışmada yetişkin ayrılma anksiyetesi ile bağlanma arasındaki ilişkinin düzeyi ve nasıl bir etkileşim içinde buldukları uygun ölçeklerle incelenip, karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiştir. Çalışmada Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketi ile araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Çalışmanın örneklemini İstanbul ilinde yaşayan Nişantaşı Üniversitesi, Aydın Üniversitesi ve İstanbul Üniversite'lerinde okuyan 18-29 yaş aralığında olan 82'si (%54,65) kadın, 68'i (%45,33) erkek olmak üzere toplam 150 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır.

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin bağlanma ve ayrılma anksiyeteleri varlığının yaş, cinsiyet, aile ile beraber yaşama durumu, ailelerinin beraberlik durumu ve gelir durumlarına göre göre farklılaşıp farklılaşmadığı değerlendirilmiştir. Yapılan istatistiksel analizlerde yaş, cinsiyet, aile ile beraber yaşama durumu, ailelerinin beraberlik durumu ve gelir durumları değişkenlerine göre bağlanma ve ayrılma anksiyetesi ölçeklerinin alt boyutlarından en az birinde, istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Özetle;

1. Üniversite öğrencilerinin bağlanma stillerindeki en yüksek oranı güvenli bağlananlar oluşturmuştur. Güvensiz bağlanma stillerinin görülme oranı sırasıyla korkulu ile saplantılı bağlanma ve en az temsil edilen güvensiz bağlanma stili ise Kayıtsız Bağlanma oluşturmuştur.
2. Üniversite öğrencilerinin yaşları ile YAA ile arasında arasında anlamlı ilişkiler bulunurken, ilişkisel bağlanma ölçeğinin alt boyutlarıyla yaş arasında bir ilişki tespit edilmemiştir. Yaş arttıkça ayrılma anksiyetesinin arttığı görülmüştür.
3. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile YAA ve ilişkisel bağlanma arasında arasında anlamlı ilişkiler bulunduğu görülmüştür. YAA Anketi sonucunda erkeklerin kadınlardan daha az ayrılık anksiyetesi yaşadığı tespit edilmiştir

4. Üniversite öğrencilerinin gelir durumu arttıkça daha az YAA yaşadıkları ve daha güvenli bağlanma yaşadıkları belirlenmiştir.
5. Üniversite öğrencilerinin ailelerinin parçalanmış aile olup olmasına göre güvenli bağlanma ve korkulu bağlanma arasında kuvvetli ilişkilerin bulunduğu ve anne babası evli olanlarda daha çok güvenli bağlanma ve daha az korkulu bağlanma olduğu görülmüştür.
6. Üniversite öğrencilerinin aileleriyle beraber yaşama durumu ile güvenli bağlanma arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Güvenli bağlanmanın aileleriyle beraber yaşayan öğrencilerde daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu alt boyutta puan ortalaması aile ile beraber yaşayan öğrencilerde 4,02 iken yalnız yaşayan öğrencilerde 3,90'dır

Çalışma sonucuna göre şu önerilerde bulunulabilir;

Çalışmanın önemli kısıtlılıklarından biri örneklem grubunun sadece üniversite öğrencilerinden oluşması ve kısıtlı sayı ve üç merkezde yapılmasıdır.

Üniversite öğrencileri üzerinde ve üç merkezde yürütülen bu çalışmadan yola çıkarak genel bir süreç yerine yaş aralıklarının farklı olduğu çocuklar, yetişkinler ve ileri yaşta bulunan kişiler üzerinde çok merkezli yapılabilir.

Bağlanma sorunu yaşayan ve ayrılık anksiyetesi yüksek öğrencilerde bu rahatsızlıklarının tedavisinde ne gibi yöntemler kullandıklarına yönelik çalışmalar yapılabilir.

Aileleri ile aynı şehirde yaşayan ve ailelerinden ayrı şehirlerde yaşayan üniversite öğrencilerinin yetişkin ayrılma anksiyete düzeylerini belirleyen çalışmalar yapılabilir.

Bu çalışmanın sınırlıklarından biri ele alınan anksiyete bozukluğu türlerinin kısıtlı bir biçimde ele alınmış olmasıdır. Her ne kadar üniversite öğrencileri ile ilgili çalışmalarda veri toplama aşamasında zorlanılıyor olsa da çalışma diğer anksiyete bozukluğu türleri olan obsesif-kompulsif bozukluk, panik atak, özgül fobiler, travma sonrası stres bozukluğu gibi diğer anksiyete bozuklukları tanısı olan bireylerle de yürütülebilir.

KAYNAKÇA

KİTAPLAR

AİNSWORTH Mary, BLEHAR Mary, WATERS Everett, WALL Sally, Patterns Of Attachment: A Psychological Study Of The Strange Situation. Hillsdale, NJ, Erlbaum, 1978.

Amerikan Psikiyatri Birliği(1994) ,Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı Dördüncü Baskı(DSM 4) (Çev.ed: E. Köroğlu) , Hekimler Yayın Birliği, Ankara,1995

ALTINAY Ayşe Gül, ARAT Yeşim, Türkiye'de Kadına Yönelik Şiddet, İstanbul, Punto, 2007.

BERLİN Lisa, ZEANAH Charles, LİEBERMAN Alicia, Prevention And Intervention Programs For Supporting Early Attachment Security, Guilford Press, Newyork, 2008.

BOWLBY John, Attachment. Attachment And Loss Vol. I (2nd Ed.). New York: Basic Books,1999.

BOWLBY John, Güvenli Bir Dayanak. (Çev: S. Güneri) ,Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları,İstanbul, 2012.

BOWLBY John, Sevgi Bağlarının Kurulması Ve Bozulması (Çev: Meltem Kamer), Psikoterapi Enstitüsü Eğitim Yayınları,İstanbul,2012.

CASSİDY Jude and SHAVER Philip R, Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications, Guilford Press, New York And London, 2008.

KIRKPATRICK Lee, Evolution Pair-Bonding,And Reproductive Strategies: A Reconceptualization Of Adult Attachment, Attachment Theory And Close Relationships, Edited By Simpson, J.A. & Rholes, W.S., Guilford Press, New York,1998.

KOBAK Roger, MADSEN Stephanie, "Disruption İn Attachment Bonds". In Cassidy J, Shaver PR. Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications, ,Guilford Press, New York And London, 2008.

IŞIK Erdal, Nevrozlar, Kent Matbaa, Ankara, 1996

LEWİS Micheal, Models Of Developmental Psychopathology. M. Lewis Ve S. M.Miller (Eds.) Handbook Of Developmental Psychopathology, New York, Plenum Press, 1990.

MERCER John, Understanding Attachment: Parenting, Child Care, And Emotional Development, Westport, CT: Praeger Publishers,2006.

PAKTUNA KESKİN Sabiha, Anne İş'te Çalışan Anne ve Çocuğu, (11. Baskı) Boyut Yayıncılık, İstanbul, 2014.

NIEDERHAUSER Andrea, SILVERMAN Wendy K, Separation Anxiety Disorder. In: Fisher JE, O'Donohue WT, Editors. Practitioner's Guide To Evidence-Based Psychotherapy, Springer, New York ,2006.

RHOLES Steve, SIMPSON Jeffry, Attachment Theory: Basic Concepts And Contemporary Questions. Adult Attachment: Theory, Research, And Clinical Implications, , Guilford Press, New York, 2004.

SCHAFFER Robert, Introducing Child Psychology.,Oxford,Blackwell,2007.

SHAVER Philip, Handbook Of Attachment: Theory, Research And Clinical Applications. New York and London: Guilford Press. 1998.

World Health Organization. (1992), The ICD-10 Classification Of Mental And Behavioural Disorders: Clinical Descriptions And Diagnostic Guidelines,Geneva: World Health Organization.

MAKALELER

AARONSON Cindy, SHEAR Katherine, GOETZ Raymond vd., Predictors And Time Course Of Response Among Panic Disorder Patients Treated With Cognitive-Behavioral Therapy. J Clin Psychiatry, 2008,69(3):418-424.

ACKARDA Diann, NEUMARK-SZTAİNER Dianne, Date Violence And Date Rape Among Adolescents: Associations With Disordered Eating Behaviors And Psychological Health,Child Abuse & Neglect, 2002,26(5):455-473.

AKMAN Yasemin, "Serbest Oyun Yapılanmış Oyun ve Model Alma Tekniklerinin Anaokuluna Yeni Başlayan Çocuklarda Görülen Ayrılık Kaygısının azaltılmasındaki Etkileri" *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1988 , 3: 99 -104

AİNSWORTH Mary, Attachment Beyond Infancy, Am Psychol, 1989, 44(4):709-716.

AİZENMAN Micheal, The Incidence Of Violence And Acquaintance Rape İn Dating Relationships Among College Men And Women, Journal Of Coll Stud Dev, 1988, 29(4):305-311

ALLEN Joseph, MARSH Penny , MCFERLAND Christy vd., Attachment and Autonomy As Predictors Of The Development Of Social Skills And Delinquency During Midadolescence. J Consult Clin Psychol, 2002, 70:56-66.

ALLEN Jennifer, LAVALLE Kristen, HERREN Chantal vd., DSM-IV Criteria For Childhood Separation Anxiety Disorder: Informant, Age, And Sex Differences. J Anxiety Disord, 2010,24(8):946-952.

ARCHER John, Sex Differences İn Aggression Between Heterosexual Partners: A Meta Analytic Review, Psychol Bull, 2000, 126(5):697-702.

BANDELOW Borwin, SPÄTH Corinna, TÍCHAUER Gabriel Alvarez vd., Early Traumatic Life Events Parental Attitudes Family History and Birth Risk Factors In Patients With Panic Disorder, *Compr Psychiatry*, 2002; 43(4): 269-278.

BARTHOLOMEW Kim, HOROWÍTZ Leonardo, "Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model", *J Pers Soc Psychol*, 1991, 61 (2): 226–244.

BATTAGLIA Marco, BERTELLA Silvana, POLÍTI Ernestina vd, Age At Onset Of Panic Disorder: Influence Of Familial Liability To The Disease and Of Childhood Separation Anxiety Disorder, *Am J Psychiatry*, 1995, 152(9): 1362-1364.

BAYRAM Nuran, BİLGEL Nazan, The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 2008, 43 , 667-672.

BİFULCO Antonia, KWON Junghye, JACOBS Catharine vd., Adult Attachment Style As Mediator Between Childhood Neglect/Abuse And Adult Depression And Anxiety, *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 2006, 41.

BİRNBaum Gurit, ORR Idit, MİKULÍNCER Mario vd., When Marriage Breaks Up: Does Attachment Style Contribute To Coping And Mental Health? , *J Soc Pers Relat*, 1997, 14(5):643-654.

BOWLBY John, Developmental Psychiatry Comes Of Age, *Am J Psychiatry*, 1988, 145(1): 1-10.

BRENNING Katrijn, SOENENS Bart, BRAET Caroline, BOSMANS Guy, An Adaptation Of The Experiences In Close Relationships Scale-Revised For Use With Children And Adolescents, *J Soc Pers Relat*, 2011, 28(8), 1048-1072.

BROWN Lucy Scott, WRÍGHt John, The Relationship Between Attachment Strategies And Psychopatology In Adolescence. *Psychol Psychother*, 2003, 76, 337-453

CARMASSÍ Claudia, GESÍ Camilla, CORSÍ Martina vd., Adult Separation Anxiety Differentiates Patients With Complicated Grief And/Or Major Depression And Is Related To Lifetime Mood Spectrum Symptoms, *Compr Psychiatry*, 2015, 58, 45-49.

CARTWRÍGHt-HATTON Sam, MCNÍCOL Kirsten, DOUBLEDAY Elizabeth, Anxiety In A Neglected Population: Prevalence Of Anxiety Disorders In Pre-Adolescent Children, *Clin Psychol Rev*, 2006, 26, 817-833.

CARVER Charles, Adult Attachment And Personality: Converging Evidence And A New Measure, *Pers Soc Psychol Bull* , 1997, 23(8), 267-283

COMPTON Scott, NELSON Ann, MARCH John S, Social Phobia And Separation Anxiety Symptoms Incommunity And Clinical Samples Of Children And Adolescents, *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 2000; 39(8), 1040–1046.

DİRİÖZ Meliha, ALKIN Tunç, YEMEZ Beyazıt vd.,Ayrılma Anksiyetesi Belirti Envanteri ile Yetişkin Ayrılma Anksiyetesi Anketinin Türkçe Versiyonunun Geçerlilik ve Güvenilirliği, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2011, 22:1-13.

DOWNEY Geraldine, FELDMAN Scott, AYDUK Özlem, Rejection Sensitivity And Male Violence In Romantic Relationships, *Pers Relat*,2000, 7(1),45-61

EĞECİ Sine, GENÇÖZ Tülin, Factors Associated With Relationship Satisfaction: Importance Of Communication Skills, *Contemp Fam Ther*, 2006, 28, 383-391

ENG Winnie, HEIMBERG Richard, HART Trevor vd., Attachment In Individuals With Social Anxiety Disorder: The Relationship Among Adult Attachment Styles, Social Anxiety And Depression, *Emotion*,2001,1: 365-380.

ERBEK Evrim, BEŞTEPE Emrem, AKAR Hülya vd, Evlilik Uyumu. *Düşünen Adam*,2005,18:39-46.

ERERMİŞ Serpil, BELLİBAŞ Emel, ÖZBARAN Burcu, vd., “Ayrılma Anksiyetesi Bozukluğu Olan Okul Öncesi Yaş Grubu Çocukların Annelerinin Mizaç Özellikleri”, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2009, 20 (1), 14-21.

FEENEY Judith, “Adult Attachment, Emotional Control, And Marital Satisfaction”,*Pers Relat*, 1999, 6: 169-185.

FEİGON Sarah, WALDMAN Irwin, LEVY Florance vd., Genetic And Environmental Influences On Separation Anxiety Disorder Symptoms And Their Moderation By Age And Sex, *Behav Genet.*, 2001,31(5):403-411.

FRALEY Chris, SHAVER Philip, “Adult Romantic Attachment: Theoretical Developments, Emerging Controversies, And Unanswered Questions”, *Rev Gen Psychol*, 2000, 4: 132–154.

GOENJIAN Armen, NAJARIAN Louis, PYNOOS Robert vd., Posttraumatic Stress Reaction After Single And Double Trauma, *Acta Psychiatr Scand*, 1994, 90(3):214-21.

GRIFFİN Dale Wesley, BARTHOLOMEW Kim, Models Of The Self And Others: Fundamental Dimensions Underlying Measures Of Adult Attachment, *J Pers Soc Psychol*, 1994, 67(3),430-445.

GÜLSÜN Murat, AK Mehmet, BOZKURT Ali ,” Psikiyatrik Açıdan Evlilik Ve Cinsellik” *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* ,2009.1(1):68-79.

HAZAN Cindy, SHAVER Philip, “Attachment As An Organizational Framework For Research On Close Relationships”, *Psychol Inq*, 1994, 5(1): 1-22.

HOVEN Christina, DUARTE Cristiane, LUCAS Christopher vd., Psychopathology Among New York City Public School Children 6 Months After September 11, *Arch Gen Psychiatry*, 2005, 62(5):545-551.

KESSLER Ronald, ROSE Stephen, KOENEN Karestan vd., How Well Can Posttraumatic Stress Disorder Be Predicted From Pre-Trauma Risk Factors? An Exploratory Study In The WHO World Mental Health Surveys, *World Psychiatry* 2014,13(3),265-274.

LIPSITZ Joshua, MARIN Lynn, MANNUZZA Salvatore vd., Childhood Separation Anxiety Disorder In Patients With Adult Anxiety Disorders, *Am J Psychiatry*, 1994; 151(6): 927–929.

MAIN Mary, KAPLAN Nancy, CASSIDY Jude, Security In Infancy, Childhood, And Adulthood: A Move To Level Of Representation, *Monogr Soc Res Child Dev*, 1985, 50: 66-104.

MANCINI Anthony, ROBI NAUGH Donald, SHEAR Katherine vd., Does Attachment Avoidance Help People Cope With Loss? The Moderating Effects Of Relationship Quality, *J Clin Psychol*, 2009, 65(10):1127-1136.

MANICAVASAGAR Vijaya, SILOVE Derrick, CURTIS Jackie, Continuities Of Separation Anxiety From Early Life Into Adulthood, *J Anxiety Disord*, 2000,14,1-18.

MANICAVASAGAR Vijaya, SILOVE Derrick, CURTIS Jackie, Separation Anxiety In Adulthood: A Phenomenological Investigation. *Compr Psychiatry*, 1997, 38(5):274-282.

MANICAVASAGAR Vijaya, SILOVE Derrick, Is There An Adult Form Of Separation Anxiety Disorder? A Brief Clinical Report. *Aust N Z J Psychiatry* 1997, 31(2), 299-303.

MANICAVASAGAR Vijaya, SILOVE Derrick, MARNANE Claire, WAGNER Renate, Adult Attachment Styles In Panic Disorder With And Without Comorbid Adult Separation Anxiety Disorder, *Aust N Z J Psychiatry*, 2009, 43(2):167-172

MANICAVASAGAR Vijaya, SILOVE Derrick, WAGNER Renate, Self-Report Questionnaire For Measuring Separation Anxiety In Adulthood, *Compr Psychiatry*, 2003, 44(2):146-153

MANICAVASAGAR Vijaya, SILOVE Derrick , RAPEE Ronald, Parent-Child Concordance for separation anxiety: A Clinical Study”, *J Affect Disord*,2001,65(1):81-84

NICKERSON Angela, LIDDELL Belinda J , MACCALLUM Fiona vd., “Anxiety, depression and PTSD in asylum-seekers: associations with pre-migration trauma and post-migration stressors”, *Br J Psychiatry*. 1997, 170:351-357

PIELAGE Suzanne, GERLSMA Coby, SCHAAP Cas, Insecure Attachment As A Risk Factor For Psychopathology: The Role Of Stressful Events, *Clin Psychol Psychother*, 2000, 7(4):296-302

PIETROMONACO Paula, BARRETT Lisa Feldman, "The Internal Working Models Concept: What Do We Really Know About The Self In Relation To Others?", *Rev Gen Psychol*, 2000, 4 (2): 155–175.

PINI Stefano, ABELLI Marianna, Frequency And Clinical Correlates Of Adult Separation Anxiety In A Sample Of 508 Outpatients With Mood And Anxiety Disorders, *Acta Psychiatr Scand*,2009, 122(1),40-46.

PINI Stephano, GESI Camilla, ABELLI Marianna vd., The Relationship Between Adult Separation Anxiety Disorder And Complicated Grief In A Cohort Of 454 Outpatients With Mood And Anxiety Disorders, *J Affect Disord*, 2012 ,143(1-3):64-68.

RUTTER Michael, "Clinical Implications Of Attachment Concepts: Retrospect And Prospect", *J Child Psychol Psychiatry*, 1995, 36 (4): 549–571

SELIGMAN Laura, WUYEK Lisa, Correlates Of Separation Anxiety Symptoms Among First-Semester College Students: An Exploratory Study. *J Psychol* 2007; 141(2):135-145.

SECHAK Marlyn, LEONARD Kenneth, "Attachment Styles And Marital Adjustment Among Newlywed Couples", *J Soc Pers Relat*, 1992, 9(1), 51-64.

SHEAR Katherine, JIN Robert, RUSCIO Ayelet Meron, Prevalence And Correlates Of Estimated DSM-IV Child And Adult Separation Anxiety Disorder In The National Comorbidity Survey Replication, *Am J Psychiatry* 2006, 163:1074-1083.

SHEIKH Javaid, LESKIN Gregory, KLEIN Donald, Gender Differences In Panic Disorder: Findings From The National Comorbidity Survey, *Am J Psychiatry*, 2002; 159: 55–58.

SHI Lin, The Association Between Adult Attachment Styles And Conflict Resolution In Romantic Relationships, *Am J Fam Ther*, 2003,31:143-157.

SILVER Derrick, Is Early Separation Anxiety A Specific Precursor Of Panic Disorder–Agoraphobia? A Community Study, *Psychol Med*, 1995, 25(02):405-411.

SILVER Derrick, MANICAVASAGAR Vijaya, Genetic Factors In Early Separation Anxiety: Implications For The Genesis Of Adult Anxiety Disorders, *Acta Psychiatr Scand*,1995, 92 (1): 17-24.

SILVER Derrick, MARNANE Claire, WAGNER Renata vd, The Prevalence And Correlates Of Adult Separation Anxiety Disorder In An Anxiety Clinic, *BMC Psychiatry* 2010,10;10-21.

SILVER Derrick, MANICAVASAGAR Vijaya, CURTIS J Blaszczynski , "Is Early Separation Anxiety A Risk Factor for Adult Panic Disorder? A Critical Review. *Compr Psychiatry*, 1996; 37(3): 167-179.

SILVER Derrick, SINNERBRINK Ingrid , FIELD Annette vd., "Anxiety, depression and PTSD in asylum-seekers: associations with pre-migration trauma and post-migration stressors", *Br J Psychiatry*. 1997, 170:351-357.

SÜMER Nebi, GÜNGÖR Derya, Yetişkin Bağlanma Stilleri Ölçeklerinin Türk Örneklemi Üzerinde Psikometrik Değerlendirmesi Ve Kültürler-Arası Bir Karşılaştırma, Türk Psikoloji Dergisi, 1999, 14(43): 71-106.

ŞİRVANLI Özen, AKTAN Dilek, Bağlanma ve Zorbalık Sisteminde Yer Alma: Başa Çıkma Stratejilerinin Aracı Rolü, Türk Psikoloji Dergisi, 2010, 25 (65), 101-113

TAY Alvin Kuowei, REES Susan, CHEN Jack vd., Pathways Involving Traumatic Losses, Worry About Family, Adult Separation Anxiety And Posttraumatic Stress Symptoms Amongst Refugees From West Papua. J Anxiety Disord 2015, 35:1-8.

TORUN Ali, YILDIZ Kübra , Bir Eğitim Metodu Olarak Tehdit ve Korkutma Çeren Ninniler ve Bunların Jung'un 'Ortak Bilinç Dışı' kavramı açısından Tahlili, Turkish Studies-International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 2013, 8(8): 1313-1333

TURAL Ümit. Panik Bozukluğu Ve Solunum Sistemi Düzensizlikleri. Klinik Psikiyatri, 2008; 11(2): 12-15.

TUZCUOĞLU Semai ve KORKMAZ Bülent, Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinin boyun eğici davranış ve depresyon düzeylerinin İncelenmesi. M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 2001, 14: 135-152.

TÜZÜN Olcay ve SAYAR Kemal, Bağlanma Kuramı ve Psikopatoloji, Psikiyatri Ve Nörolojik Bilimler Dergisi, 2006; 19(1): 24-39.

YILMAZ Mualla , OCAKÇI Ayşe Ferda "Bir Kız Öğrenci Yurdunda kalan Üniversite Öğrencilerinin Kaygı Düzeyinin İncelenmesi, Maltepe Üniversitesi, Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi, 2010, 3(1): 15:23

WATERS Harriet, RODRIGUES-DOOLABH Lisa, Are Attachment Scripts The Building Blocks Of Attachment Representations? Narrative Assessment Of Representations and The AAI. In H.Waters ve E.Waters (Chairs), Narrative Measures Of Attachment For Adults. Poster Symposium Presented At The Biennial Meeting of the Society For Research In Child Development, Minneapolis, MN, 2001.

WEST Malcolm, SHELDON-KELLER Adrienne, The Assessment Of Dimensions Relevant To Adult Reciprocal Attachment, Can J Psychiatry, 1992, 37(9): 600-606.

WİJERATNE Chanaka , MANİCAVASAGAR Vijaya, Separation Anxiety İn The Elderly, J Anxiety Disord, 2013, 17(6): 695-702

WONG Josephine, CHEUNG Erik, CHAN Kity vd., "Web Based Survey of Depression anxiety and stress in first year tertiary education students in Hon Kong" Aust N Z J Psychiatry, 2006, 40(9): 777- 782

TEZLER

BÜYÜKŞAHİN Ayda, Yakın İlişki Kuran Ve Kurmayan Üniversite Öğrencilerinin Çeşitli Sosyal Psikolojik Etkenler Yönünden Karşılaştırılması, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2001, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

IŞINSU Melahat, İkili İlişki Biçimi Ve Süresi İle Bağlanma Stilleri Arasındaki Bağlantılar, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyal Psikoloji Ana Bilim Dalı, 2003. **(Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi)**.

ORAL Nursen, Yeme Tutum Bozukluğu İle Kişilerarası Şemalar, Bağlanma Stilleri, Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Öfke Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü Uygulamalı Psikoloji Anabilim Dalı, 2006, **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

İNTERNET KAYNAKLARI

Fatma Ali Sinanoğlu ve İlkay Ulutaş, Çocuklarda Kaygı ve Bunu Etkileyen Etmenler, http://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/145/alisinanoglu.htm. (Erişim Tarihi: 04.01.2017)

John Bowlby, Attachment And Loss Separation Anxiety And Anger. 1973 [Http://www.Abebe.Org.Br/Wpcontent/Uploads/John-Bowlbyseparation-Anxiety-And-Anger-Attachment-And-Loss-Vol-2-1976.Pdf](http://www.Abebe.Org.Br/Wpcontent/Uploads/John-Bowlbyseparation-Anxiety-And-Anger-Attachment-And-Loss-Vol-2-1976.Pdf). (Erişim Tarihi: 03.04.2017).

Joan Arehart-Treichel, Adult Separation Anxiety Often Overlooked Diagnosis. Retrieved April 1, 2017 from <http://pn.psychiatryonline.org/cgi/content/full/41/13/30>. (Erişim Tarihi: 06.06.2017)

Maia Szalzvitz , (2006). Pathological Clinginess: Study: Adult Separation Anxiety Disorder is Prevalent Yet Poorly Understood. Retrieved April 1, 2017 from <http://health.msn.com/health-topics/articlepage.aspx?cp-documentid=100235522> (Erişim Tarihi: 06.07.2017)

Staff of Depression Perception. (2006). Separation Anxiety Disorder. Retrieved April 1, 2017 from http://www.depressionperception.com/anxiety/anxiety_conditions/separation_anxiety_disorder.asp#_jp. (Erişim Tarihi: 03.04.2017).

Staff of All About Life Challenges. (2009). Is adult separation anxiety disorder and generalized anxiety disorder the same thing? Retrieved April 1, 2017 from <http://www.allaboutlifechallenges.org/adult-separation-anxiety-faq.htm>. (Erişim Tarihi: 03.04.2017).

http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1011. (Erişim Tarihi : 20.02.2018)

<http://www.chicagotribune.com/feautes/tribu/sc-fam-0327-relationship-science-20120327,0,03245786.story>. (Erişim Tarihi: 05.06.2017)

EK-A
KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sevgili Öğrenciler,

Bu form Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisansprogramını tamamlamak üzere yapılan tez için hazırlanmıştır. Her maddeyi dikkatlice okuyun ve seçeneklerden kendi durumunuza en uygun olanı cevaplandırınız. Kimlik bilgileriniz istenmemektedir. Cevaplarınız sadece bu araştırmada kullanılacaktır. Bilgilerin sağlıklı olabilmesi için kendi durumunuzu içtenlikle ve dürüstçe yansıtacağınız cevapları vermeniz önemlidir. Cevaplanmamış soru bırakmayınız. Katkılarınız için teşekkür ederim.

Psikolojik Danışman

Esmâ İlhan

1. Yaşınız:

2. Cinsiyetiniz : Bay() 2. Bayan()

3. Bölümünüz:.....

4. Sınıfınız:.....

5. Annenizin eğitim durumu:

Okur yazar değil() Okur yazar () İlkokul () Ortaokul()
Lise() Üniversite() Yüksek lisans ve üstü()

6. Babanızın eğitim durumu:

Okur yazar değil() Okur yazar () İlkokul () Ortaokul()
Lise() Üniversite() Yüksek lisans ve üstü()

7. Ailenizin aylık geliri: 0-1.300 TL() 1.300TL -3.500TL() 3500 TL ve yukarısı()

8. Ailenizle beraber mi yaşıyorsunuz?: Evet () Hayır()

9. Anne babanızın birlikte mi? : Birlikte () Ayrı ()

10. Sizi etkileyen üzücü duygusal veya fiziksel bir travma geçirdiniz mi? :

Evet () Hayır()

EK-B

YETİŞKİN AYRILMA ANKSİYETESİ ANKETİ

Aşağıdaki sorular bir yetişkin (18 yaş üzeri) olarak yaşamış olabileceğiniz bazı belirtilere yöneliktir. Lütfen bu belirtileri yaşayıp yaşamadığınıza göre sorunun karşısındaki uygun yeri **çarpı işareti (×) koyarak** işaretleyiniz. Lütfen tüm soruları yanıtlayınız.

	Çok Sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
1. Size yakın olan kişilerle birlikte evinizdeyken kendinizi daha güvende hissettiniz mi?				
2. Evinizden saatlerce uzakta kalmakta zorluk çektiniz mi?				
3. Çantanızda veya cüzdanınızda size güven ya da huzur veren bir şeyler taşır mısınız?				
4. Uzun bir yolculuğa çıkmak üzere evden ayrılmazdan önce aşırı stres yaşadınız mı?				
5. Size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili kabuslar ya da rüyalar gördüğünüz oldu mu?				
6. Bir yolculuğa çıkmanızdan önce size yakın olan birinden ayrılmakla ilgili aşırı stres yaşadınız mı?				
7. Günlük işleriniz aksadığında çok huzursuz olur musunuz?				
8. Size en yakın kişilerle olan ilişkilerinizin yoğunluğu konusunda endişelendiniz mi? Örneğin çok aşırı bağımlı olmanızdan dolayı.				
9. İşiniz veya diğer düzenli ev dışı uğraşlarınız için evinizden ayrılmadan önce baş ağrısı, mide ağrısı ya da bulantı gibi (veya başka) belirtiler oldu mu?				
10. İnsanları yakınızdaki tutmak için çok fazla konuştuğunuzu fark ettiğiniz oldu mu?				
11. Size yakın kişilerden ayrıldığınızda(örneğin işe gitmek ya da evden dışarıya çıkmak için), özellikle onların nerede oldukları konusunda endişelendiniz mi?				
12. Gece tek başınıza uyumakta güçlük çeker misiniz? Örneğin bir yakınızdaki evdeyse daha iyi uyur musunuz?				
13. Size yakın olan kişilerin seslerini işitebiliyor veya televizyonun ya da radyonun sesini duyuyorsanız daha kolay uyuduğunuzu fark ettiniz mi?				
14. Size yakın olan kişilerden uzak kaldığınızı düşündüğünüzde çok sıkıntı yaşadınız mı?				
15. Evinizden uzakta olmayla ilgili kabuslar ya da rüyalar gördünüz mü?				

	Çok Sıklıkla	Sıklıkla	Nadiren	Hiç
16.Yakınlarınızın ciddi bir zarar görebileceği hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin, bir trafik kazası geçirmeleri veya ölümcül bir hastalığa yakalanma gibi.				
17. Günlük olağan işlerinizi yaparken size yakın olan kişilerle bağlantı kurmanızı engelleyecek değişimlerin olması sizi huzursuz eder mi?				
18. Önemsediğiniz insanların sizi terk edeceği konusunda çok fazla endişelenir misiniz?				
19. Hiç evde ya da yatak odasında ışıklar açıkken daha iyi uyuduğunuzu fark ettiniz mi?				
20. Özellikle size yakın kişiler evde değilse, evde tek başınıza kalmaktan kaçınmaya çalışır mısınız?				
21. Size yakın olanlardan ayrıldığınızı ya da onların sizi terk ettiğini düşündüğünüzde, aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız oldu mu?				
22.Size yakın olan kişilerle düzenli olarak (örneğin her gün) telefon görüşmeleri yapamadığınızda sıkıntı yaşadığınızı fark ettiniz mi?				
23.Önemsediğiniz birisi sizi terk ettiğinde bu durumla başa çıkamayacağınızdan ya da onsuz yapamayacağınızdan korktunuz mu?				
24.Size yakın olan kişilerden ayrıldığınızda aniden gelen sıkıntı nöbetleri ya da panik ataklarınız(örneğin ani titreme,terleme,çarpıntı,nefes darlığı gibi) oldu mu?				
25.Sizi yakın olduğunuz birinden ayırabilecek muhtemel olaylar hakkında çok fazla endişelenir misiniz? Örneğin işle ilgili gereklilikler gibi.				
26.Hiç, size yakın olan kişiler “çok fazla konuştuğunuzu” söylediler mi?				
27. Bazı insanlarla olan ilişkilerinizin, onlar için sorunlar oluşturacak kadar yakın olduğu konusunda endişelenir misiniz?				

EK-C
İLİŞKİ ÖLÇEKLERİ ANKETİ

RELATIONSHIP SCALES QUESTIONNAIRE

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkilerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz. Seçtiğiniz sayı üzerine **çarpı (x)** koyarak gösteriniz.

(1)------(2)------(3)------(4)------(5)------(6)------(7)
Beni hiç Beni kısmen Beni tamamıyla
tanımlamıyor. tanımlıyor. tanımlıyor.

1. Başkalarına kolaylıkla güvenemem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
2. Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
3. Başkalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
4. Bir başka kişiyle tam anlamıyla kaynaşıp bütünleşmek isterim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
5. Başkalarıyla çok yakınlaşırsam incitileceğimden korkuyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
6. Başkalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
7. İhtiyacım olduğunda yardıma koşacakları konusunda başkalarına her zaman güvenebileceğimden emin değilim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
8. Başkalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık kurmak istiyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
9. Yalnız kalmaktan korkarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
10. Başkalarına rahatlıkla güvenip bağlanabilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
11. Çoğu zaman, romantik ilişkide olduğum insanların beni gerçekten sevmediği konusunda endişelenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
12. Başkalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
13. Başkalarının bana çok yakınlaşması beni endişelendirir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
14. Duygusal yönden yakın ilişkilerim olsun isterim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)

15. Başkalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
16. Başkalarının bana benim onlara verdiğim kadar değer vermediğinden kaygılanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
17. İhtiyacınız olduğunda hiç kimseyi yanınızda bulamazsınız.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
18. Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
19. Kendi kendime yettiğimi hissetmem benim için çok önemli.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
20. Birisi bana çok fazla yakınlaştığında rahatsızlık duyarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
21. Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
22. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
23. Terk edilmekten korkarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
24. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
25. Başkalarının bana benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
26. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
27. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
28. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
29. Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
30. Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)