

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK TEZLİ
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ERGENLERİN DUYGUSAL ÖZERKLİKLERİNİ YORDAMADA ÖZNEL İYİ OLUŞ
ve EBEVEYNE BAĞLANMANIN ROLÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN

Emre KARAKUŞ

Gaziantep-2020

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE REHBERLİK ANABİLİM DALI

**ERGENLERİN DUYGUSAL ÖZERKLİKLERİNİ YORDAMADA ÖZNEL İYİ OLUŞ
ve EBEVEYNE BAĞLANMANIN ROLÜ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN

Emre KARAKUŞ

TEZ DANIŞMANI

DR. ÖĞR. ÜYESİ GÖKÇEN AYDIN

Gaziantep-2020

TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Ergenlerin Duygusal Özerkliklerini Yordamada Öznel İyi Oluş ve Ebeveyne Bağlanmanın Rolü” başlıklı çalışmanın tarafımda, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek herhangi bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını; yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yaparak yararlandığımı belirtir ve onurumla doğrularım.

02/08/2020

Emre KARAKUŞ



ÖNSÖZ

“Ergenlerin duygusal özerkliklerini yordamada öznel iyi oluş ve ebeveyne bağlanmanın rolü” adlı yüksek lisans tez çalışmamın her aşamasında bilgisiyle, sabrıyla ve güveniyle beni destekleyen danışmanım Sayın Dr. Öğr. Üyesi Gökçen AYDIN’a, daima yanımda olduğunu hissettiren ve motivasyonumu yüksek tutmamı sağlayan canım eşime, desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen annem, babam ve kardeşlerime çok teşekkür ederim.



ÖZET

Ergenlik, bireyin fizyolojisinden psikolojine kadar birçok alanda yaşamını etkileyecek önemli değişimlerin yaşandığı bir dönemdir. Bireyin bu dönemde kazandığı ve gelecekteki yaşamını şekillendiren temel özelliklerden bir tanesi duygusal özerkliktir. Bu dönemde ergenlerin, ebeveynleri ve çevresiyle olumlu bir süreç geçirmesi bireyin duygusal özerklik kazanımına olumlu katkılar sağlayacaktır. Duygusal özerkliğin farklı değişkenlerle birlikte incelenmesi ilgili alanyazına bu kavramın açıklanmasında önemli katkılar sunabilecektir. Bu araştırmanın amacı, öznel iyi oluş ve ebeveyn (anne-baba) bağlanma düzeylerinin ergenlerin duygusal özerkliklerini ne ölçüde yordadığını incelemektir.

Araştırmaya Gaziantep ili merkez ilçesindeki üç liseden toplam 422 öğrenci katılmıştır. Katılımcıların 138'i kadın, 272'si erkektir. Veriler Duygusal Özerklik Ölçeği, Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği, Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Envanteri ve Kişisel Bilgi Formu aracılığıyla elde edilmiştir. Veri analizinde değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkeni sırasıyla ne ölçüde yordadığını belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır.

Araştırmada ilk olarak cinsiyetin duygusal özerkliğin alt boyutlarına göre farklılaşp farklılaşmadığı incelenmiş, buna göre cinsiyetin duygusal özerkliğin yalnızca idealleştirmeme boyutunu açıklamada anlamlı bir fark oluşturduğu bulunmuştur. Araştırmanın ana amacına yönelik yapılan hiyerarşik regresyon analizi bulgularına göre, ilk modelde kontrol edilen ergen öznel iyi oluşu, duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme alt boyutlarını yordamada pozitif yönde ve anlamlı katkı sağlamaktadır. İkinci modelde eklenen anne ve babaya bağlanma değişkeninin de benzer şekilde duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarını yordamada pozitif yönde ve anlamlı katkı sağladığı görülmüştür. Öznel iyi oluş ve anne ve babaya bağlanma, idealleştirme boyutunda toplam varyansın %37'sini, bağımsızlık boyutunda %28'ini ve bireyselleşme boyutunda %10'unu açıklamıştır. Sonuç olarak, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenlerinin duygusal özerkliğin anlamlı birer yordayıcısı olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: duygusal özerklik, ergen özel iyi oluşu, anne-babaya bağlanma, cinsiyet

ABSTRACT

Adolescence is a period in which important changes occur in many areas including physiology and psychology of the individual. Emotional autonomy is one of the basic features that the individual gains in this period and shapes her/his future life. Adolescents having a positive process with their parents and the environment in this period will contribute positively to their emotional autonomy acquisition. Examination of emotional autonomy with different variables can make important contributions to the related literature. The purpose of this study was to examine to what extent subjective well-being and attachment to parents predicted the emotional autonomy of adolescents.

A total of 422 students from three high schools in the central district of Gaziantep participated in the study. Among participants, 138 of them were women and 272 were men. The data were obtained through Emotional Autonomy Scale, Adolescent Subjective Well-being Scale, The Inventory of Parent and Peer Attachment and Demographic Information Form. In data analysis process, Pearson correlation analysis was used to determine the relationship between the variables, and hierarchical regression analysis was used to determine the extent to which the independent variables predicted the dependent variable, respectively.

In data analysis, firstly, it was examined whether the sub-dimensions of emotional autonomy differed according to gender. The results revealed that gender made a significant difference in explaining the sub-dimension of non-idealization. According to the findings of the hierarchical regression analyses conducted for the main purpose of the study, in the first model, adolescent subjective well-being contributed positively and significantly in predicting the sub-dimensions of non-idealization, independence and individualization of emotional autonomy. Similarly, controlling for subjective well-being, parent attachment was added in the second model, and it was found to contribute positively and significantly in predicting the sub-dimensions of non-idealization, independence and individualization of emotional autonomy. Overall, adolescent subjective well-being and parent attachment explained 37% of non-idealization, 28% of independence and 10% of individualization of total variance. As a result, subjective well-being and parent attachment were found to be significant predictors of emotional autonomy.

Keywords: emotional autonomy, adolescent subjective well-being, parent attachment, gender

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖNSÖZ.....	ii
ÖZET.....	iii
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	vii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	viii
KISALTMALAR.....	ix
BÖLÜM 1.....	1
1.GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu	1
1.2. Araştırmanın Amacı	4
1.3. Araştırmanın Önemi	4
1.4. Araştırmanın Varsayımları	5
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	6
1.6. Tanımlar	6
BÖLÜM 2.....	7
2.KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	7
2.1. Özerklik.....	7
2.1.1. Özerkliğin Türleri.....	8
2.1.1.1. Davranışsal Özerklik	9
2.1.1.2. Değer Özerkliği	9
2.1.1.3. Duygusal Özerklik	10
2.2. Öznel İyi Oluş	12
2.2.1. Özel İyi Oluşla İlgili Kuramlar.....	14
2.2.1.1. Erek Kuramı	14
2.2.1.2. Yukarıdan Aşağıya, Aşağıdan Yukarıya Kuramları.....	15
2.2.1.3. Etkinlik Kuramı	15
2.2.1.4. Uyum Kuramı	16
2.3. Bağlanma Kuramı.....	16
2.3.1. Güvenli Bağlanma	19
2.3.2. Kaygılı-Kararsız Bağlanma	19
2.3.3. Kaçınmacı Bağlanma.....	20
2.4. İlgili Araştırmalar	23

BÖLÜM 3	27
YÖNTEM	27
3.1. Araştırmanın Modeli	27
3.2. Evren ve Örneklem.....	27
3.3. Veri Toplama Araçları.....	28
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	28
3.3.2. Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ).....	28
3.3.3. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği	29
3.3.4. Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri (EABA).....	29
3.4. Verilerin Toplanması.....	30
3.5. Verilerin Analizi.....	30
BÖLÜM 4	32
BULGULAR	32
4.1. Veri Setinin İncelenmesi	32
4.2. Cinsiyete göre Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi Puanlarına İlişkin Bulgular.....	34
4.3. Korelasyonel İstatistikler.....	35
4.3.1. Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular	35
4.4. Yordayıcı İstatistikler	37
BÖLÜM 5	41
5.1. Duygusal Özerkliğin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Sonuçlar	41
5.2. Duygusal Özerkliğin Öznel İyi Oluş Değişkeni Tarafından Açıklanabilirliğine İlişkin Sonuçlar	43
5.3. Duygusal Özerkliğin Anne-Babaya Bağlanma Değişkeni Tarafından Açıklanabilirliğine İlişkin Sonuçlar.....	45
BÖLÜM 6	49
SONUÇ VE ÖNERİLER	49
6.1. Sonuçlar.....	49
6.2. Sınırlılıklar.....	50
6.3. Öneriler.....	51
KAYNAKÇA	53
EKLER	58
EK 1. Kişisel Bilgi Formu	58
EK 2. Duygusal Özerklik Ölçeği	59
EK 3. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği	60
EK 4. Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Envanteri	61

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Araştırma Grubunun Kişisel Özellikleri (n = 410).....	28
Tablo 2. Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi Değişkenlerine Yönelik Tolerant ve VIF Sonuçları	33
Tablo 3. Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş, Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi Betimsel İstatistik Sonuçları	33
Tablo 4. Cinsiyet Değişkenine Göre Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Puanlarına İlişkin t-testi Sonuçları	35
Tablo 5. Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Arasındaki İlişkiler ile İlgili Bulgular.....	36
Tablo 6. Duygusal Özerkliğin İdealleştirmeme Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	38
Tablo 7. Duygusal Özerkliğin Bağımsızlık Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	39
Tablo 8. Duygusal Özerkliğin Bireyselleşme Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	40

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Öznel İyi Oluş	14
Şekil 2. Dört Bağlanma Tarzı.....	22
Şekil 3. Araştırma Modeli	37



KISALTMALAR

DÖÖ	: Duygusal Özerklik Ölçeği
EÖİÖÖ	: Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği
EABE	: Ebeveyn ve Akrana Bağlanma Envanteri
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
VİF	: Varyans Artış Faktörü
TDK	: Türk Dil Kurumu



BÖLÜM 1

1.GİRİŞ

1.1.Problem Durumu

İnsanlar dünyaya geldikleri ilk andan itibaren tüm yaşamları boyunca bir gelişim süreci içerisine girerler. Bu gelişimlerin yoğun yaşandığı ergenlik, bireylerin yaşamının önemli bir bölümünü içine alan bir dönemdir. Bu dönemde birey fizyolojik, biyolojik, sosyolojik ve psikolojik birçok değişim yaşar ve bununla beraber halletmesi gereken bazı zorluklarla karşılaşır. Bireyin bu zorlukların üstesinden iyi bir şekilde gelebilmesi için önemli değişim süreçlerinden geçmesi gerekir (Geldard ve Geldard, 2013). Bu değişimler bireyin gelecek yaşamına uzanan bir köprü gibi yaşamını şekillendirmesine olanak sağlar.

Bireyin ergenlik sürecinde kazandığı ve gelecekteki yaşamını şekillendiren temel özelliklerden bir tanesi özerklik gelişimidir. Özerklik, genel olarak bireyin ailesinden koparak bağımsızlaşması ve kendi yaşamını yönetmesi olarak tanımlanırken (Çelik, 2015); bu kopma aileden tamamen bir ayrılığı değil, daha çok bireylerin kendi kararlarını vermesi ve bu kararların getirdiği sorumlulukları üstlenmesidir (Toepfer, 2001). Özdemir ve Çok'a (2011) göre bireyler ergenlik döneminde yaşamlarını doğrudan etkileyen kararları kendileri almak istemekte ve bağımsızlık çabası içine girmektedirler. İçinde buldukları bu arayışa ise genel olarak özerklik denilmektedir.

Ergenlerin özerklikleri ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde kuramcılarının ve bilim insanlarının özerkliği farklı tanımlara ve bu tanımları farklı boyutlara ayırdıklarını görmek mümkündür (Noom, Dekovic ve Meeus, 2001; Steinberg, 2007). Bunlardan bir tanesi de Noom'un özerklik tanımını yaptığı çalışmasıdır (1999). Bu çalışmada Noom özerkliği tutumsal (değer), işlevsel (davranışsal) ve duygusal özerklik olmak üzere üç ana boyuta ayırmakta, duygusal özerkliği ise "ergen bireyin ana babasından ve akranlarından duygusal olarak ayrılması ve bağımsızlaşması" olarak tanımlamaktadır. *Tutumsal Özerklik*, bireyin sahip olduğu olanakları listelemesinin bilişsel sürecini ve hangi seçeneği seçeceğine karar vermesini içerir. Genel olarak seçenekler, tercihler ve istekler üzerine düşünebilme yeteneğidir. *Duygusal Özerklik*, ergenin duygusal olarak ebeveynlerinden ayrılması ve kendi seçimlerine güven duymasısıdır. *İşlevsel Özerklik ise* ergenlerin hedeflerine ulaşma konusunda strateji geliştirme sürecini ve hedeflerine ulaşacakları faaliyetleri kontrolleri altına almalarını ifade eder (Noom ve diğ. 2001).

Steinberg de özerkliği “davranışsal özerklik, değer özerkliği ve duygusal özerklik olmak” üzere üç boyutta değerlendirmektedir. *Davranışsal özerklik*, ergenlerin karar alma sürecinde bağımsız davranmaları ve bu kararlara uyan davranışları sürdürmede başarılı olmalarıdır. *Değer özerkliği*, ergenlerin ahlaki, felsefi, dini ve siyasi alanlarda fikirlerini inşa etmeleri, inşa ettikleri bu fikirleri ifade edebilmeleridir. Değerler bilişsel gelişimle paralel ilerlediği için genellikle değer özerkliği geç ergenlik döneminde ortaya çıkmaya başlar. *Duygusal özerklik ise*, ergenin ailesiyle olan yakın ilişkilerinde bağımsızlığa doğru yönelmesini içerir. Bu süreçte ergen duygusal olarak çevresinden ve ailesinden ayrılarak duygusal süreçlerini kendisi yönetmeye başlar (Steinberg, 2017).

Duygusal özerklik, ergenlerin ebeveynleriyle olan ilişkisinde onlara olan çocuksu bağılıklarının ve onların her düşüncesini benimsemenin bırakılmasıdır. Ergenin bu dönemde kazandığı beceri onu daha özgür kılmakta ve bakış açısını genişletmesini sağlamaktadır (Steinberg ve Silverberg, 1986). Bu süreç ergenin duygusal olarak ebeveynlerinin baskısından ve yönlendirmesinden bağımsızlaşarak kendi duygusal süreçlerinin farkına varması olarak da tanımlanmıştır. Duygusal özerkliği kazanmış bireyler, kendilerini üzen bir olay yaşadıklarında ya da yardıma ihtiyaç duyduklarında ebeveynlerinin yardımına hemen başvurmak yerine bu durumu onlara daha az yansıtırlar. Ebeveynlerine karşı çocukluk yıllarında duydukları hayranlıklarından kurtulup, onları her şeyi bilen ya da her şeye gücü yeten bireyler olarak görmekten vazgeçerler. Bunun yerine ebeveynlerinin de çevrelerindeki diğer kişiler gibi normal birer birey oldukları bilincine varırlar (Steinberg ve Silverberg, 1986). Burada temelde yatan şey ebeveynleri ile olan ilişkilerinde onların desteği ve yardımını tamamen reddetmek değil karşılaştıkları durumla önce kendi becerileri ile başa çıkmaya çalışmalarıdır.

Bireyin tüm yaşamını etkileyebilecek değişim ve çatışmaların yoğun olarak yaşandığı ergenlik döneminde öznel iyi oluş düzeyi ergenin ileriki yaşamı için de oldukça önem arz etmektedir. Diener’e (1984) göre öznel iyi oluş kavramı bireylerin kendi yaşamları hakkındaki bilişsel ve duyusal fikirleridir. Bireylerin yaşamlarından elde ettikleri değerlendirme sonucuna bireyin öznel iyi oluşu denmektedir. Güzel bir yaşam ve ruh sağlığı bireyi kendi yaşamından memnun edecek ve yüksek bir öznel iyi oluşa sahip olmasını sağlayacaktır (Tuzgöl Dost, 2004). Bununla birlikte, ergenin yaşamından duyduğu memnuniyeti ve mutluluğu ana babasından sağlıklı bir kopma yaşama olasılığını arttırabilir. Böylece ergenin bağımsız bir birey olmasını sağlayan duygusal özerklik düzeyinin öznel iyi oluş düzeyinden etkilenebileceği düşünülmektedir.

Ergenin duygusal özerklik kazanımında aile ve çevresel faktörlerin oldukça önemli bir etkisi vardır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde kültürün bireyin aile yapısının, aile yapısının da birey ile ebeveynleri arasındaki ilişkinin doğrudan belirleyicisi olduğu görülmektedir (Özdemir ve Çok, 2011). Ergenin ebeveynleri ile olan ilişkisi, bireyin ergenlik sürecini nasıl geçireceğini doğrudan etkilemektedir. Ergenin aile ile olan olumlu ilişkisi bu süreçten daha donanımlı ve güçlü çıkmasına doğrudan etki ederken, ergen ve ebeveynleri arasındaki olumsuz ilişki ileriki yıllarda yaşanacak sorunlara temel oluşturmaktadır. Ergen ve ebeveynleri arasındaki bu ilişkinin temel belirleyicilerinden bir tanesi ise bireyin ilk bebeklik yıllarından itibaren kendisine bakım veren kişiyle kurduğu bağında yatmaktadır.

Bağlanma kuramı ilk olarak Bowlby tarafından ortaya atılmıştır. Bowlby bağlanma davranışını bireyin başka bir bireyde yakınlık araması ve bunu sürdürmesi olarak tanımlar (Burger, 2006). Bağlanma kuramı temelde, insanların kendileri için önemli olan diğer insanlarla duygusal bağ kurma eğilimlerinin nedenlerini açıklar. Bağlanma kuramı, çocuk ve ebeveynleri arasında kurulan bağın, çocuğun güvenlik hissi ve psikolojik gelişimi üzerindeki önemini tanımlayan bir yaklaşımdır (Bowlby, 1969).

Bowlby bağlanmanın, stres verici durumda çocuk ve ona özel bakım sağlayan kişi arasında oluşan, çocuğun güvenlik temelli arayışının sonucu olarak ortaya çıkan bir bağ olduğunu söyler. Yani bağlanma, çocuğun korkması, üzülmesi veya yorulması gibi stres verici bir durumla birlikte çocukta oluşan bir başkasıyla yakınlık kurma ihtiyacıdır. Bakıcısı ve çocuk arasında gerçekleşen bağlanma etkileşimleri çocuk tarafından içselleştirilerek “içsel çalışma modellerine” dönüştürülür. Bu modeller geçmişte yaşanmış olaylar olarak kalmak yerine birer örüntü haline getirilerek sürdürülür ve bebeklikten çocukluğa, ergenliğe, yetişkinliğe ve yaşlılığa aktarılır. Birey bu süreçte diğerleri ile kuracağı ilişkide bu örüntüler yapısına göre davranır (Bowlby, 1969).

İçsel çalışma modelleri bebeğin bakıcısı ile ilk deneyimlerinden başlayıp gelişerek içselleşir ve sonunda onun dünya ve diğerleri hakkındaki beklentilerine genellenir. Bu modeller bireyin diğerleri ile kuracağı karşılıklı ilişkilerde elde edileceği başarı, diğerleri ile kuracağı duygusal bağlar, güven düzeyi gibi bireyin yaşamındaki birçok noktada ona rehberlik eder (Gray ve Stenberg'den akt. Arslan, 2008).

Bartholomew ve Horowitz (1991), çocuklar üzerinde çalışmalar yaparak dördü bağlanma modelini ortaya atmışlardır. Bu modele göre bireyler, “kendine olumlu-diğerine olumlu” (güvenli), “kendine olumlu-diğerine olumsuz” (kayıtsız), “kendine olumsuz-diğerine olumlu”(saplantılı) ve “kendine olumsuz-diğerine olumsuz” (korkulu) olmak üzere bu dört

türden birinde bağlanma şekillerini oluştururlar. Birey bağlanma türünü bu dört türden hangisinde oluşturursa tüm yaşamı boyunca hem kendi benliğine bakışını hem de diğerleri ile kuracağı ilişkilerde bulunacağı konumu bu yapıya göre belirlemektedir. Kısaca tüm yaşamını şekillendirecek bir şemaya sahip olmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Ergenin duygusal özerkliği sağlıklı bir şekilde kazanımı, anne-babadan uygun bir şekilde bağımsızlaşarak bireyselliğini kazanması açısından oldukça önemlidir. Duygusal özerkliğin farklı değişkenlerle birlikte incelenmesi ilgili alanyazına bu kavramın açıklanmasında önemli katkılar sunabilecektir. Bu araştırmada ergenlerin duygusal özerkliğini yordamada özel iyi oluş ve ebeveyne bağlanma düzeyinin rolü incelenecektir.

1.2.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, ergenlerin öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeylerinin, duygusal özerkliklerini ne düzeyde yordadığı incelenmektedir. Bu genel amaç doğrultusunda şu soruların yanıtı aranacaktır:

1. Ergenlerin duygusal özerklikleri cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
2. Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri, duygusal özerkliklerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?
3. Ergenlerin anne-babaya bağlanma düzeyleri, duygusal özerkliklerini anlamlı bir şekilde yordamakta mıdır?

1.3.Araştırmanın Önemi

Ergenlik dönemi duygusal çatışmaların yoğun yaşandığı, kimlik gelişiminin şekillenerek yetişkin yaşamının temellerinin atıldığı bir dönemdir. Bu dönemde bireyler ebeveynlerine olan çocuksu bağılıktan vazgeçerek kendi bireyselliklerini kazanmaya başlarlar. Bu dönemde ergenlerin, ebeveynleri ve çevresiyle olumlu bir süreç geçirmesi bireyin ruh sağlığına ve kimlik kazanımına olumlu katkılar sağlayacaktır. Duygusal özerklikle ilgili yapılacak bu çalışma ergenlerin kendi bireyselliğini ve kimliğini kazanma süreçlerini daha yakından tanımamızı sağlayacaktır.

Bu çalışmanın Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nde yapılması kültürün aile ilişkilerini ve kişinin buna bağlı olarak kimlik kazanımını ve davranışlarını etkilemesi açısından oldukça önemlidir. Türk kültürü bir yandan eskiden beri süregelen geleneksel/kollektif özelliklerini taşıırken, diğer yandan eğitimsel ve sosyal alanlardaki giderek artan gelişmelerle birlikte oluşan modernleşmenin etkisinde kalmıştır. Böylece kültürel değerlerde geleneksel olduğu gibi modern değerlerin özelliklerinin etkisi de görülmektedir (Kağıtçıbaşı, 1990).

Geleneksel/kollektif kültür özelliklerinin daha yoğun yaşandığı Güneydoğu kültüründe, modernleşmenin daha yoğun yaşandığı batı kültürüne kıyasla ana babalık biçimi de farklılık göstermektedir. Güneydoğu kültürünün barındırdığı aile ilişkilerinde anne-baba ve çocuk ilişkisi iç içe geçmiş bir yapıya sahip olduğundan çocuğun ergenlik dönemine geldiğinde bağımsızlaşarak özerkliğini kazanması zorlaşmaktadır. Bu bakımdan bu araştırmanın geleneksel/kollektif kültürel özelliği barındıran bir bölgede yapılması önemlidir.

Ergenlerin duygusal özerklik kazanmaları, karşı karşıya kaldıkları duygusal problemleri anne-babaya bağımlı olmadan çözebilmeleri ve sağlıklı bir kimlik duygusu geliştirebilmeleri için oldukça önemlidir. Duygusal özerkliğin ebeveyne bağlanma düzeyleri ile olan ilişkisini araştırmak, bireyin henüz bebeklik yıllarında bakıcısı ile olan ilişkisinin gelecek yıllardaki duygusal özerkliğine olan etkisini ortaya koyar. Duygusal özerklik kavramının çok boyutlu bir yapıya sahip olması birçok değişkenle ilişkili olabileceğini göstermektedir. Bu araştırmada öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenleriyle incelenen duygusal özerkliğin, farklı değişkenlerle birlikte incelenmesi ilgili alanyazına bu kavramın açıklanmasında önemli katkılar sunabileceği düşünülmektedir.

Bundan önce de bahsedildiği gibi bu çalışma ile ergenlerin sahip olduğu duygusal özerkliğin, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyleri tarafından açıklanabilirliği incelenecektir. Bu inceleme sonucunda elde edilen bulguların ergen psikososyal gelişiminin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Elde edilen bulguların aynı zamanda mevcut kuramsal bilgilere de katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte duygusal özerklik kavramının ulusal alanyazında oldukça az sayıda çalışılması, duygusal özerklik, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenlerinin beraber araştırıldığı başka çalışmaya rastlanmaması, bu çalışmanın bundan sonra gerçekleştirilecek olan araştırmalar için yol gösterici olması açısından önemlidir. Elde edilen bulgular okul psikolojik danışmanlarına, okul rehberlik hizmetlerine, önleyici ve gelişimsel rehberlik çalışmalarına, okul rehberlik programlarının hazırlanmasına kaynaklık yapabilir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

1. Katılımcıların veri toplama araçlarında yer alan ölçek maddelerini içten ve doğru şekilde yanıtladıkları varsayılmıştır.
2. Araştırma uygun örnekleme yöntemiyle seçilen örneklem grubuyla sınırlıdır.

3. Araştırma uygulama amacıyla seçilen 2018-2019 eğitim-öğretim yılında çalışmaya gönüllü olarak katılan Gaziantep ilinin merkez ilçelerindeki okullarda öğrenim gören lise öğrencileri ile sınırlıdır.

1.5 Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın örneklemi, 2018-2019 öğretim yılında Gaziantep ili merkez ilçelerinde öğrenim görmekte olan, uygun örnekleme ile seçilen, 9 ve 10 ve 11. sınıfa devam eden öğrencilerle sınırlıdır. Araştırmada, 12. sınıfa devam eden öğrenciler, üniversite sınavına hazırlandıkları göz önünde bulundurularak, çalışma programlarına engel olunmaması için araştırmaya dahil edilmemişlerdir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı ise cinsiyete göre dağılımın eşit olmamasıdır. Araştırmaya katılan kız ve erkek öğrencilerin sayısı birbirine yakın değildir. Araştırmanın verileri öğrencilerin kişisel bilgi formu, Duygusal Özerklik Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri'ne verdikleri cevaplarla sınırlıdır. Son olarak, araştırma sadece Gaziantep ilinde yürütüldüğu için elde edilen bulguların genellenebilirliği sınırlıdır.

1.6.Tanımlar

Duygusal Özerklik: Ergen bireyin duygusal olarak çevresinden ve ailesinden bağımsızlaşarak, kendi duygusal süreçlerini yönetmeye başlamasıdır (Steinberg ve Silverberg, 1986).

Öznel İyi Oluş: Öznel iyi oluş,bireyin kendi yaşamını öznel değerlendirmesi sonucunda elde ettiği iyi oluş durumunu tanımlayan kapsayıcı bir terimdir (Gencer, 2018).

Bağlanma: Bağlanma, ocuğun korkması, üzülmeye veya yorulması gibi stres verici bir durumla birlikte çocukta oluşan ve genellikle anne veya baba tarafından giderilen bir başkasıyla yakınlık kurma ihtiyacıdır (Bowlby, 1969).

BÖLÜM 2

2.KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde öncelikle araştırmanın amacı doğrultusunda sırasıyla özerklik ve alt kavramları, öznel iyi oluş ve bağlanma kavramları üzerinde durulmuş ve bu kavramlarla ilgili kuramsal yaklaşımların açıklamalarına yer verilmiştir. Bu bölümün son kısmında ise yukarıda bahsedilen üç kavramı kapsayan yurt içi ve yurt dışı araştırmalar özetlenmiştir.

2.1 Özerklik

Özerklik, temelleri çocukluk yıllarına kadar inse de gelişiminin zirve yaptığı en önemli dönem ergenlik dönemidir. Bu dönemde özerklik gelişiminin iyi anlaşılması, ergen bireylerin günümüz yaşamına daha sağlıklı ve donanımlı katılmalarını sağlamaktadır (Özdemir ve Çok, 2011). Sağlıklı bir özerklik gelişimi genç bireylerin toplumsal ve kültürel yaşama katılmalarına; kimlik kazanımı ve olumlu ruh sağlığına sahip olmalarına katkı sağlar. Madde kullanımı, suç gibi riskli davranışlardan uzak durmalarına katkısının yanında, günümüz iş yaşamına ve çağın gerektirdiği üst hedeflere ulaşmalarını sağlar (Özdemir ve Çok, 2011).

Ergenlik döneminin gelişimsel ödevlerinden biri olan özerklik, temelleri psikoloji tarihinde oldukça eskilere dayanan bir kavramdır. Öyle ki psikoloji alanında mihenk taşı olan Freud, Erikson, A. Freud ve Blos gibi birçok bilim insanı bu konu hakkında kendi fikirlerini ortaya koymuşlardır. İngilizcesi “autonomy” olan özerklik kavramı Yunancada yer alan “autos: kendi” ve “nomos: yasa” sözcüklerinin birleşiminden oluşmaktadır. TDK'nın Eğitim Terimleri Sözlüğü'nün, Bilim ve Sanat Terimleri Sözlüğü'ne göre özerklik, “dış denetimden bağımsız olma”, “kişinin, kendi davranışlarını düzenleme ve bu davranışlara yön verme konusunda bir ölçüde bağımsız oluşu” şeklinde tanımlanmaktadır (TDK, 2019).

Dil bilgisinin aksine psikoloji alanında özerkliğe dair genel geçer tek bir tanım yoktur. Çünkü bu alanda fikir yürüten bilim insanları özerkliğe dair tanımlarını kendi fikirlerinden yola çıkarak oluşturmuşlardır. Örneğin, Freud (1958) özerklik kavramını, artan bir ayrılma duygusu ile aileden kopma olarak tanımlarken; bireyselleşmenin getirisi olarak (Blos, 1979), akran veya ebeveyn baskısına karşı direnç (Berndt, 1979), özellikle ebeveyn kontrolüne ve aile kararına karşı öznel bir bağımsızlık hissi (Douvan ve Adelson,1966; Elder, 1963; Kandel ve Lesser, 1972), kendi kararlarını vermede ve özyönetim konusunda özgüven (Greenberger, 1984), ahlaki, siyasal ve sosyal problem çözme alanlarında bağımsız akıl yürütme (Adelson, 1972; Kohlberg ve Gilligan, 1972; Lewis,1981) gibi diğer bilim insanlarının yaptığı farklı tanımlamalar da mevcuttur.

Bu tanımların farklılığı ve çeşitliliğine bakıldığında, ergenlerin psikososyal gelişimlerinde özerkliğin tek boyutlu bir kavram olmaktan ziyade çeşitli olgularla birlikte ele alındığında daha doğru anlaşılacağı ve daha kapsamlı bir tanımlama yapılabileceği görülmektedir (Steinberg ve Silverberg, 1986). Özerklik bireyin yaşam amaçlarını tanımlayarak, hissederek kendi yaşamına yön verme yeteneğidir (Noom, 1999). Eğer gerçek özerk işleyiş geç ergenliğe kadar gelişmez ve ertelenirse bireyin gelişiminin normal ve sağlıklı ilerleyişine olumsuz etki eder (Steinberg ve Silverberg, 1986). Yetişkin kimliği oluşturmada oldukça önemli olan özerklik, genel olarak kendini yöneten ve hedefe yönelik davranışların yanı sıra, yaşam boyu bağımsız bir şekilde çalışması için kişiye gerekli duygusal motivasyonu sağlar. Bağımsızlık kavramı çoğunlukla özerklikle birbirinin yerine kullanılsa da bağımsızlık genellikle bireylerin kendi başlarına hareket edebilme kapasitelerini ifade eder ve genel anlamda özerk olmanın bir bileşeni olarak düşünülür (Toepfer, 2001).

Geleneksel psikanalitik kuramcılara göre özerklik, her ne kadar erken ergenlik döneminde incelenen bir özellik olsa da aynı ekolün çağdaş kuramcılarına göre aynı zamanda psikososyal ortamdaki yaşamla da pozitif yönde bir korelasyon göstermesi beklenir (Burger, 2006). Yani psikolojik bir nitelik olarak bireyin özerkliğinden bahsedildiğinde kişinin ebeveynleri karşısındaki özerkliği ile akranları arasındaki özerkliği arasındaki uyumluluk varsayılır.

Özerklik bireyin aile içerisinde geçirdiği uzun ergenlik döneminin gelişimsel ödevlerinden birisidir. Ailenin temel görevlerinden birisi olan destekleyici ve besleyici bir sistemle sunulan tamamlayıcı aile ortamı kişinin sağlıklı bir özerklik gelişimi için oldukça olumlu bir etkiye sahiptir (Toepfer, 2001). Ergen bireyler genellikle erken ergenlik döneminde aileye, orta ergenlik döneminde ise sosyal çevreye yani akranlarına yönelirler. Sağlıklı özerk bir gelişim bu yönelimin uyumlu bir yaşam olarak ergenin hayatına yansımalarıyla anlaşılır. Aksi halde ergen yöneldiği kişilerin tamamen ayak izlerini takip ediyormuş gibi görünür (Steinberg ve Silverberg, 1986). Özerklikle ilgili kavramlar incelendiğinde bireyin olumlu bir yaşam süreci geçirmesinde bireyselliğini kazanması ve kendi bağımsızlığıyla sosyal bir ilişkisel ağ içinde yaşamını sürdürmesi üzerinde odaklandığı görülmektedir. Bu ise özerkliğin tek boyutlu bir kavram olmaktan çok farklı boyutlarının olduğunu ve kategorilere ayrılarak araştırılması gerektiğini göstermektedir.

2.1.1 Özerkliğin Türleri

Ergenliğin gelişimsel bir görevi olan özerklikle ilgili alanyazın incelendiğinde, yapılan çalışmalarda özerklik; genel olarak kişinin davranışlarını düzenleyebilme yeteneği olarak

kavramsallaştırılırken, kavramın anlaşılabilirliğini arttırmak için üç ana başlıkta incelendiği görülmektedir: davranışsal özerklik, değer özerkliği, duygusal özerklik (Steinberg ve Silverberg, 1986).

2.1.1.1 Davranışsal Özerklik

Noom, Dekovic ve Meeus'a (2001) göre, işlevsel özerklik olarak da tanımlanan davranışsal özerklik ergenlerin hedeflerine ulaşma konusunda strateji geliştirme sürecini ve hedeflerine ulaşacakları faaliyetleri kontrolleri altına almalarını ifade eder. Davranışsal özerklik genel olarak bir bireyin ebeveynleri ve akranlarıyla ilişkilerini kapsayan sosyal bir kavram olarak düşünülür. Davranışsal özerklik genellikle ergenlerin esas odağının ebeveynlerinden akranlarına kayması ile ilişkili olarak değerlendirilmektedir. Bu açıdan bakıldığında, üzerinde durulması gereken temel odak noktalarından birisi ergen bireyin ebeveynlerine yönelik isyankar tutumudur (Toepfer, 2001).

Steinberg ve Silverberg (1986), genellikle ergenlikte özerkliğin doğal bir sonucu olarak görülen ebeveynlere karşı sergilenen isyankar tutumu bu konudaki popüler inanışın aksine olgunlaşmama ve sağlıklı olmayan gelişim olarak görmektedir. Ergen isyanı yerine, davranışsal özerklik ergen bireyin gelişiminde daha derin gelişimsel ilerlemeyi ifade eder (Toepfer, 2001). Davranışsal özerklik, ergenin davranışsal tutum ve kararlarının yanı sıra eylemlerinin sonuçlarını kestirmesini ve bu eylemlerin sorumluluğunu da almasını kapsamaktadır (Steinberg ve Silverberg, 1986). Davranışsal özerklik, birey kendi davranışlarının üzerinde kontrol kurmaya başladığında ortaya çıkar. Bireyin daha doğru ve kabul edilebilir davranmak için gerektiğinde yardım istemesi, başkalarıyla işbirliği yapması davranışsal özerkliği ifade etmektedir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013).

Erikson'un (1963) tanımladığı psiko-sosyal gelişimin ikinci evresinde, bir ve üç yaşları arasında ortaya çıkan bebeğin kendi mamasını kendi yemeye çalışması, kendi kendine yürümeye çalışması, tuvalet eğitimi gibi faaliyetler çocuğun özerklik girişimi ile ilgilidir. Çocuğun kendi kendine davranmayı öğrenmesi olarak tanımlanan Erikson'un bu kavramsallaştırmasındaki faaliyetler davranışsal özerklik olarak tanımlanabilir (Özdemir ve Çok, 2011).

2.1.1.2 Değer Özerkliği

Değer özerkliği, ergenlerin ahlaki, felsefi, dini ve siyasi alanlarda fikirlerini inşa etmeleri, inşa ettikleri bu fikirleri ifade edebilmeleridir (Steinberg ve Silverberg, 1986). Değerler bilişsel gelişimle paralel ilerlediği için genellikle değer özerkliği geç ergenlik

döneminde ahlaki, politik ve dini meselelerdeki görüşlerde değişiklikler meydana gelir. Değer özerkliğindeki birinci kısım olan ahlaki gelişim Piaget'in bilişsel gelişim teorisine dayanmakta ve içeriğinden ziyade düşüncenin yapısındaki ve organizasyonundaki değişikliklere odaklanmaktadır. Birey ahlaki standartlar arasındaki çatışmaları tanıyıp hak, adalet ve adalet ilkeleri gibi kavramlar üzerinde kendi kararlarını verir. Bu akıl yürütme düzeyi genellikle yetişkinliğin erken dönemlerinde ulaşılan bir noktadır (Toepfer, 2001). Değer özerkliğinin ikinci kısmını siyasal düşünce oluşturmaktadır. Ergenin siyasal düşüncesinin daha ilkeli, soyut ve bağımsız olması, siyasal bilgi ve fikirlere maruz kalma durumu ve bilişsel gelişimi ile doğrudan bağlantılıdır (Toepfer, 2001).

Bu gelişim döneminde soyut düşünme ve kavrama yeteneğinin artmasıyla ergen bireyin ideolojileri ve değer sistemi daha da kökleşerek sağlam temeller oluşturmaya başlar (Steinberg, 1999). Güçlü bir değer özerkliğine sahip genç bireyler yalnızca ebeveynleri veya otorite figürlerinin kural ve değerlerini doğrudan benimsemek yerine kendi değerlerini oluşturmak için ahlaki, politik ve dini alanlarda fikirler yürütmeye, sorgulamaya ve anlamaya çalışırlar bu durum bireyin öz-farkındalığını ve ego gelişimini destekler (Hart ve Chmiel, 1992; Hart ve Fegly, 1995).

Ergenlik döneminde dini inançların gelişimi değer özerkliği göz önüne alındığında gelişen son bölümdür. Ahlaki ve politik inançlar gibi dini inançlar kavramı da doğrudan soyut düşüncenin gelişimine bağlıdır. Bu durumda ergenlerin yönelimleri manevidir, dini bağlılığın dışsal yönleri ve ritüeller gibi dışsal yönelimlerden çok içsel yönlerine daha çok önem verirler. Dini inançların gelişimi, ahlaki ve politik inanç sistemininkine paraleldir ve tamamen gelişmiş bir değer özerkliği duygusunun parçasıdır (Toepfer, 2001).

2.1.1.3 Duygusal Özerklik

Steinberg (1999) duygusal özerklik konusunda odaklanılması gereken noktanın ebeveynleri ve çocuk arasındaki ilişki olduğunu söylemiştir. Duygusal özerklik bir bireyin yakınları ile, özellikle de ebeveynleri ile olan ilişkisinde bağımsızlığının gelişmesi olarak tanımlanmaktadır. Burada bahsedilen bağımsızlık, aileden tamamen bir kopuşu ifade etmek yerine aileye karşı beslenen çocuksu bağlılığın yavaş yavaş ortadan kalkmasıdır.

Toepfer (2001) duygusal özerklik kavramının operasyonel olarak, ebeveyn ve çocuk arasındaki çocuksu bağın ortadan kalkmasıyla gerçekleşeceğini belirtmiştir. Ancak bu bağ tamamen bir kopuş değil, aynı zamanda ebeveynlere hissettiği güven duygusu ile çocuğun ebeveynlerden tamamen uzaklaşması ve kopması konusunda yaşadığı isteksizliktir. Ergen

yaşadığı gelişimsel değişimle birlikte yetişkin yaşamına geçiş aşamasındadır. Bunun için de aileden tamamen ayrılmak, kopmak zorunda kalmadan sadece çocuksu bağların getirdiği yüklerden kopmak zorundadır.

Blos (1967) ve Josselson'a (1980) göre ise duygusal özerklik, bireyin genç erişkinlik döneminde çocukça bağımlılıklardan kurtulmaya odaklandığı normatif, kademeli bir süreçtir. Bu dönemde bireyselleşme gelişim süreci sıralamasında gerekli ve merkezi bir konumdadır. Kişinin bireyselleşme ve bağımsız bir insan olma duygusu gelişim süreci devam ettikçe kaçınılmaz bir hale gelir ve birey bir dizi yetkinlikle beraber kendi bireysel kimliğini oluşturur.

Çocukluk yıllarında kişi kendisini ebeveynlerinden ayrı bir birey olarak düşünmez ve kendisini ebeveynleri ile birlikte konumlandırır. Blos'a (1967) göre bireyselleşme, kendi kimliğini oluşturma, bağımsız ve yetkin bir birey olma hisleri, ergenin ebeveynlerine karşı çocukluk yıllarında beslediği çocuksu bakış açısından kurtularak, duygusal otonomisini geliştirmesine katkı sağlar (Blos, 1967; Josselson, 1980).

Bireyler ilk çocukluk yıllarında ebeveynlerini her şeyi bilen ve her şeye gücü yeten birer süper kahraman gibi gördükleri için onların değer ve görüşlerini sorgulamadan olduğu gibi benimser ve kabul ederler. Blos'a göre ergenlik yıllarının başlangıcı ile bu kabul görüş yerini sorgulamaya ve kendi görüşlerini oluşturmaya bırakır. Hill ve Holmbeck (1987) ise bu süreci daha çok kendine yönelik davranış geliştirme ve daha fazla ayrılık fırsatı olarak değerlendirir. Yaşanan bu değişim sıklıkla özerklikteki potansiyel gelişimi engelleyecek suçluluk, utanç ve hatta öfke duygularını içeren bir duygu yoğunluğuna sebep olabilir (Toepfer, 2001).

Steinberg ve diğer kuramcılarının yorumlarına benzer bir şekilde Noom (1999) da duygusal özerkliği çocukların büyüdükçe kendi duygu ve düşüncelerinin farkına varmalarıyla ilgili olduğunu belirtmiştir. Bu duygu ve düşünceler kendine has ve biriciktir (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Klasik psikanalitik kuramı benimseyenlerin genel eğilimine göre ise duygusal özerklik olduğu gibi bir ayrılığı ifade eder (Freud, 1905/1953). Bu bağlamda ergenlerin erken ergenlikte, bebeklik döneminde oluşan ve çocukluk döneminde daha da güçlenen bağları koparmaya çalıştıkları söylenir. Özellikle bu süreçte yaşanan karmaşa ve stresli duygular vurgulanmaktadır. Bu bakış açısının aksine duygusal özerklik ne sadece tamamen bir kopuşu ne de yalnızca erken ergenlik döneminde yaşanan bir gelişimi kapsar. Duygusal özerkliğin gelişimi ergenlikten genç yetişkinlik dönemine hatta bu dönemden sonra da devam eden bir

gelişim sürecini ifade etmektedir. Öyle ki yetişkinlikte bile duygusal özerklik konusunun bileşenlerinden bahsetmek mümkündür (Toepfer, 2001).

Psikanalitik kuramdan ve Blos'un görüşlerinden yola çıkarak duygusal özerklik kavramını araştıran Steinberg ve Silverberg (1986), duygusal özerklik kavramını üç alt başlığa ayırmıştır: a) idealleştirmeme, b) bağımsızlaşma, c) bireyselleşme. Bu alt başlıklardan idealleştirmeme çocuklukta ebeveynlerin her şeyi bilebileceği ve sınırsız bir gücü olduğu çocuğu görünüşten ayrılıp ebeveynlerini de bir birey olarak görmeye başlamayı kapsamaktadır. İkinci olarak bireyselleşme; ebeveynlerin görüş ve kabullerinden dışarı çıkarak kendi bireysel görüş ve değerlerini oluşturmasıdır. Son olarak bağımsızlaşma alt boyutu ise çocuklukta kurulan çocukça bağılıktan kurtularak ergenin özyönetim kazanmasını kapsamaktadır. (Steinberg ve Silverberg, 1986).

2.2. Öznel İyi Oluş

Carl Rogers'ın 1940'lı yıllarda insancıl psikolojiye ait kavramlardan yola çıkarak oluşturduğu Birey Merkezli Terapi ardından, 1980'li yıllarda Pozitif Psikoloji Akımı'na öncülük etmiştir. Önceki yıllarda insanların sorunlarına odaklanan psikoloji ekollerinin tersine, pozitif psikoloji ekolü insanların daha mutlu bir yaşam sürebilmeleri adına güçlü yanlarına odaklanmıştır (Corey, 2009). Bu ekolle kişinin güçlü yanlarından destek alarak, psikoloji literatürüne, öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, sağlamlık, baş etme, umut, yaşamın anlamı gibi kavramlar katılmıştır (Corey, 2009).

Pozitif psikoloji ekolüne göre iyi oluş, psikolojik işlevsellik ve hazcılık şeklinde iki farklı bakış açısına dayanır (Şimşek, 2019). Psikolojik işlevsellik açısından bakıldığında iyi oluş kavramı hayatı doyum alacak derinlikte yaşamaktır. Psikolojik işlevsellik, psikolojik iyi oluşu temsil eder. Hazcılık bakış açısına göre ise iyi oluş, olumlu duygulanımın varlığı ve olumsuz duygulanımın yokluğudur. Hazcılık kavramı, öznel iyi oluşu temsil eder (Şimşek, 2019).

Tarihi felsefi temellere dayanan mutluluk kavramı, insan ve insan yaşamıyla ilgilenen çoğu bilimsel disiplinin ortak konularından bir tanesidir. İnsanların yaşamları boyunca bir defa da olsa ulaşmak istedikleri amaçlardan birisi olan mutluluk, psikoloji alanyazınında yapılan araştırmalarda da kendisine oldukça fazla yer bulmuştur. Genelde yetişkin bireylerin mutluluğu ile ilgili çalışılan bir konu olsa da mutluluk yani öznel iyi oluş kavramı ergenlikle de oldukça alakalı bir konudur ve ergen öznel iyi oluşu ve mutluluğunun sağlanması oldukça önemlidir (Eryılmaz, 2010). Ergenlik döneminde birey fiziksel ve duygusal değişiklikleri

yoğun olarak yaşamakta ve çevrelerine uyum sağlamayı zorlaştıran birçok stres durumuyla karşı karşıya kalmaktadır. Yaşadığı bu değişiklikler ergenin gelişimine katkı sağlarken aynı zamanda uyum problemlerine de yol açabilmektedir (Eryılmaz, 2010). Bundan dolayı ergen bireylerin mutluluğunun, öznel iyi oluşunun sağlanması bu bireylerin suça sürüklenme, madde bağımlılığı, okulda uyumsuzluk, olumsuz davranışlar, davranış bozukluğu gibi olumsuz durumları yaşamalarına engel olacaktır (Eryılmaz, 2010).

Mutluluk, bireyin herhangi bir anda tecrübe ettiği güzel, hoş ruh hâli ve hislerdir (Gencer, 2018). Yaşam doyumu, iyilik hali, psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş gibi kavramların yerine popüler olarak kullanılan bir terim olsa da psikoloji alanyazınında daha kavramsal açıklama yapabilmek için mutluluk kavramı yerine bireyin bizzat kendisinin tecrübe ettiği ifadeyle sunulan öznel iyi oluş kavramı kullanılmaktadır (Gencer, 2018).

Diener, binlerce yıldır düşünürlerin iyi yaşamın ne olduğu sorusu üzerinde durduklarından bahsetmiştir. Bu insanlar, insanların yaşam kalitesini tanımlamak amacıyla, insanın diğerlerini sevmesi, kendini anlaması ve bilmesi, içgörü kazanması gibi konular üzerinde yoğunlaşmışlardır. Bireyin kaliteli yaşamı elde etmesi, hayatın yaşamaya değer olduğunu düşünmesi iyi yaşamın birer parçasıdır. İyi yaşamın “öznel iyi oluş” olarak tanımlanmasına neden olan bu yaklaşımlar günlük yaşamın dilinde bazen mutluluk olarak tanımlanmaktadır (akt. Tuzgöl Dost, 2004).

Diener'e (1984) göre öznel iyi oluş kavramı bireylerin kendi yaşamları hakkında bilişsel ve duyuşsal fikirlere sahip olmalarıdır. İnsanlar yaşamlarında kendilerini az mutlu eden, çok mutlu eden, hoşlarına giden veya kendilerini hoşnut etmeyen aktivitelerde bulduklarında kendi yaşamlarına dair öznel değerlendirmelerde bulunurlar. Yaşamlarından elde ettikleri bu değerlendirme sonucuna bireyin öznel iyi oluş hali denmektedir. Güzel bir yaşam ve ruh sağlığı bireyi kendi yaşamından memnun edecek ve yüksek bir öznel iyi oluş düzeyini kazanmasını sağlayacaktır (Tuzgöl Dost, 2004).

Diener (1984) öznel iyi oluş ve mutluluk kavramlarının ele alınıp tanımlanırken üç farklı kategoride gösterilebileceğini söylemiştir. Bu üç kategori şöyle sıralanmaktadır:

- a. Birinci kategoride mutluluk, iyi ahlak ve kutsiyet gibi dışsal bazı ölçütlerle tanımlanır. Burada mutluluğun kurallara bağlandığı ve istenen bazı özelliklere sahip olmakla alakalı olduğu görülür. Bu kısımda tanımlanan mutluluk kavramı bireyin öznel yorumunu değil bireyi dışardan gözlemleyen gözlemcinin değer çerçevesini göstermektedir.

- b. İkinci de ise bireyin yaşamını değerlendirme ölçütlerine bakılır. Burada bireyin yaşamını değerlendirmede kullandığı terimlere neden olan faktörler incelenir. Öznel iyi oluşun bu kategorideki tanımlamasına yaşam doyumu denir. Bireyin iyi bir yaşam için belirlediği standart ölçütlerine dayanan görüşten temel almaktadır.
- c. Mutluluk yani öznel iyi oluş tanımının üçüncü kategorisinde ise bireyin olumlu duygulanım durumunun olumsuz duygulanıma oranla daha fazla olması ile ilgilidir. Bu tip tanımda öznel iyi oluş bireyin yaşamının “hoş olan yaşantılar” kısmına odaklanmaktadır.

Diener ve Suh (1999), öznel iyi oluş kavramıyla ilgili yukarıdaki tanımlamalardan üçüncüsünde belirtilen olumlu ve olumsuz duygulanım görüşünü destekler nitelikte öznel iyi oluşun farklı öğelerini belirttikleri bir tablo oluşturmuşlardır. Bu tablo şöyledir:

<u>Hoş duygulanım</u>	<u>Hoş olmayan Duygulanım</u>	<u>Yaşam Doyumu</u>	<u>Doyum Alanları</u>
Sevinç	Suçluluk ve utanç	Yaşamı değiştirme isteği	İş
Mutluluk	Üzüntü	Mevcut yaşamdan doyum	Aile
Hoşnutluk	Kaygı ve sıkıntı	Geçmişten doyum	Serbest zaman
Gurur	Öfke	Gelecekte doyum	Sağlık
Sevgi	Stres	Diğerlerinin görüşleri	ParaBenlik
Mutluluk	Depresyon		
Coşkunluk	Kıskançlık		Kişinin Grubu

Şekil 1. Öznel İyi Oluş (Diener ve Suh, 1999; s. 277)

2.2.1 Özel İyi Oluşla İlgili Kuramlar

2.2.1.1 Erek Kuramı

Wilson (1967) tarafından, öznel iyi oluş kavramının incelenmesiyle bu kavram modern bir bakış açısıyla yükselişe geçmiştir. Artık araştırmacılar, bireylerin psikolojik faktörleriyle yaşam koşullarının ilişkisine bakarak öznel iyi oluşu ele alır ve ihtiyaçların giderilmesi sonucunda ortaya çıkan durumu değerlendirir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999). Bu kurama göre mutluluğa ulaşmanın yolu ihtiyaçların giderilmesinden geçer. Birey ihtiyaçlarını giderebiliyorsa doyuma ve mutluluğa ulaşır. Giderilmeyen ihtiyaçlar ise bireyin mutsuzluğuna

neden olur (akt. Tuzgöl Dost, 2004). Birçok düşünür bütün bireylerin üzerinde bütün ihtiyaçların eşit düzeyde etkili olmadığını savunmuştur. Bu yüzden bu kuramda bahsedilen ihtiyaçlar evrensel ve öğrenilmiş ihtiyaçlar olarak iki gruba ayrılmıştır. Örneğin bireyin barınma ihtiyacı evrensel bir ihtiyaçken, yaptığı işte başarılı olması öğrenilmiş bir ihtiyaçtır.

Genel olarak erek kuramlarında bireyin amaç ve ihtiyaçları üzerinde durulmaktadır ve bu noktaya odaklanılmaktadır. Mutluluk konusunun kavramsallaştırılmasında amaç konusunun çok katkısı olmuş olmasına karşın hâlâ kapalı olan kısımları da vardır. Örneğin bireyin amaçlarını tamamladığında mı yoksa amaçlara giden yolda uğraşlarının mı mutluluğu sağladığı konusu önemli bir durumdur.

2.2.1.2 Yukarıdan Aşağıya, Aşağıdan Yukarıya Kuramları

Felsefi olarak John Locke'un "zihnin boş bir levha" olduğu görüşüne dayanan, yukarıdan aşağıya ve aşağıdan yukarıya kuramları öznel iyi oluşa oldukça faydalı iki bakış açısı olmuş ve bu kavramı oldukça zenginleştirmiştir (Tuzgöl Dost, 2004). "Aşağıdan yukarı" kuramları, bir kişinin yaşamındaki iyi ve kötü anlar bireyin algıladığı öznel iyi oluşunu ortaya çıkarmak amacıyla birleştiğini söyler. Bu görüşe göre bireyin yaşadığı "olumlu" veya mutlu bir an iyi oluş durumunu yaşamasını sağlamaktadır ve kişi yaşadığı pozitif anlar ne kadar artarsa öznel iyi oluş hali de o kadar artar (Tuzgöl Dost, 2004).

Bu kurama karşın "Yukarıdan aşağı" kuramları ise bir kişinin dünyayı deneyimlemeye yönelik doğasından gelen eğilimin o kişinin dünyayı algılamasında etkili olmayacağını iddia eder. Bundan dolayı yukarıdan aşağıya doğru kuramlarına göre doğası gereği pozitif zihin yapısı bulunan bir birey, yaşadığı bir olayı doğasında daha negatif bir perspektif olan birisinden daha olumlu değerlendirebilir ve daha mutlu olabilir. Bu durum nesnel olaylardan çok olumlu tutumun iyi oluşta nedensel faktör haline getirilmesidir (Gencer, 2018).

Bu iki kuramla ilgili öznel iyi oluş alanında genel iki tartışma söz konusudur. İlki, öznel iyi oluşun bireyin kişisel bir özelliği mi yoksa yaşadığı durumlardan kaynaklı mı olduğuyla ilgilidir. İkinci tartışma ise iyi oluşun ortaya çıkmasında güzel durumların oynadığı rollerle ilgilidir. Örneğin, depresyon güzel durumları yaşayamamaktan mı kaynaklanmaktadır, yoksa güzel etkinlikler yaşarken bunlardan zevk alamamaktan mı kaynaklanmaktadır?

2.2.1.3 Etkinlik Kuramı

Etkinlik kuramına göre, bireylerin amaçlara ulaşmaları değil, amaçlara ulaşma yolunda yaptıkları eylemlerin daha doyum verici olduğunu savunmaktadır (Diener 1984). Kişinin yetenekleri doğrultusunda belirlediği amaçlara ulaşmak isteğiyle gerçekleştirdiği eylemler

esas doyum kaynağıdır. Etkinlik kuramında, mutluluğun kaynağını ulaşılan son durum olarak gören Erek kuramının tersine etkinliğin yapıldığı süreç önemlidir. Örneğin bir koşu yarışında birinci gelmek yerine yarışmada yer almak ve parkurda koşmak mutluluk getirir. Bireyin gerçekleştirdiği etkinlik aşırı zorsa kaygıya sebep olmakta, kolaysa sıkıcı olmaktadır. Eğer gerçekleştirilen etkinliğin zorluk derecesi bireyin yetenekleri ile doğru orantılıysa haz veren bir yaşantı akışı ortaya çıkmaktadır.

Etkinlik kuramı temelde bireylerin, kendi yetenek ve becerilerine uygun faaliyetleri yaparken mutlu olduklarını savunmaktadır. Diğer yandan bireylerin faaliyetleri, amaçlara ulaşmak için gerçekleştirildiğinden, erek ve etkinlik kuramlarının birbirini tamamlayıcı bir rol üstlenebileceği düşünülmektedir.

2.2.1.4 Uyum Kuramı

Uyum kuramı, öznel iyi oluş kavramını hayatta sürekli değişen yaşantı ve durumlara karşı bireylerin adaptasyon gösterme gücüne bağlamaktadır (Diener ve Suh, 1999). Bu kurama göre bireyler sahip oldukları bu kabiliyet sayesinde üzücü olaylar sonrasında çok uzun süreler mutsuzluk hissetmediği gibi, hoşlarına giden olaylar yaşadıktan sonra ise mutluluğu uzun süreler devam ettirememektedirler. Böylece yaşamlarında karşılaştıkları iyi ve kötü olaylar karşısında dengelerini korumaktadır.

Diener ve Suh'a (1999) göre, modern öznel iyi oluş kuramlarının odak noktası değişen koşullara uyum ve alışmadır. İnsan vücudu sıcak ve soğuk gibi fiziksel ortam koşullarına uyum sağlayabilmektedir. Tıpkı fiziksel ortam koşullarına verilen tepkiler gibi değişen durumlar karşısında insanların duygu sistemleri de tepkiler vermekte, zamanla koşullara duygusal uyum sağlamaktadır. Bu sayede bireyler uzun süre çok mutlu veya çok üzgün bir şekilde kalmamaktadır. Olaylar ilk meydana geldiği zamandan sonra yavaş yavaş etkilerini yitirirler. Bireyde mutluluk uyandıran bir olayın tekrarı yaşam standartlarını değiştirir ve kişinin o olaya gösterdiği ilk tepkide değişime neden olur. Uyum kuramı bireylerin kendi yaşamlarında deneyimleyerek oluşturdukları yaşam standardıdır.

2.3 Bağlanma Kuramı

Ergenlik dönemi kimlik oluşumu ile birlikte bilişsel gelişimin hızlandığı, duygu yoğunluğunun ve dürtüsel ihtiyaçların arttığı bir dönemdir (Kaya ve Savrun, 2015). Bu dönemde birey sosyal hayatta kendisine yer edinmeye çalışırken aynı zamanda aile içerisinde ebeveynleri ile olan ilişkilerinde de değişim yaşanır. Özellikle erken çocukluk döneminde bakım veren anne ile olan bağlanma süreci bu döneme yansımaktadır. Bowlby'nin (1969)

belirttiği gibi ilk çocukluk döneminde kurulan bağlanma modelinin yansıması ergenin bu dönemde sosyal ilişkilerindeki rolünü de doğrudan etkileyecektir. Çocukluk döneminde sevgi ve güven görmeyen ergen, bu dönemde sosyal ilişkilerde bağ kurarken kendisini sevilmeye layık olmayan bir birey olarak düşünür. Tam tersine sevilen bir çocuksa ergenlik döneminde kuracağı sosyal ağlarda kendine ve çevresinin sevgisine güvenen bir ilişki örüntüsü geliştirir.

20. yüzyılın ortalarında, Melanie Klein, Donald Winnicot, Margaret Mahler ve Heinz Kohut gibi kuramcılar, Freud'un kişilik kuramını genişletmişlerdir ve bu kuramcılara nesne ilişkileri kuramcıları denir (Burger, 2006). Nesne ilişkileri kuramı, bağlanma kuramının büyük bir ivme kazanmasını sağlayarak bu kuramın yükselişine destek olmuştur. Çocukların kendisini destekleyici ve koruyucu bir insana bağlılık ihtiyacını gidermesine bağlanma ilişkileri adını vermişlerdir (Burger, 2006). John Bowlby, Mary Ainsworth gibi kuramcılar bağlanma kuramı için önemli katkılarda bulunmuşlardır. Bu kuramcılar kendilerine göre nesne ilişkileri hakkında farklı fikirler ve yorumlar ileri sürmüş olsalar da temelde bakış açılarının kesiştiği ortak noktalar vardır. Bu psikologlar erken çocukluk yaşantılarını çok önemli sayarlar ve çocuklar ve onları büyüten kişiler, özellikle de anneleri, yani onlara bakım veren kişiler ile olan ilişkilerini incelemişlerdir (Burger, 2006). Ancak Freud'un aksine, içsel çatışmalar ve dürtüler yerine çocuğun kendisi için önemli olan kişilerle kurduğu ilişkilere odaklanırlar. Çoğu zaman bu kişi çocuğun ebeveynleri, özellikle de annesidir (Burger, 2006). Burada ve bağlanma kuramının açıklandığı ilerleyen sayfalarda anne ifadesiyle kastedilen kişi bebeği fizyolojik olarak dünyaya getiren kişi değil ona ilk doğumundan itibaren bakım veren kişidir.

Nesne ilişkileri kuramcılarına göre çocuk bilinçaltında, etrafındaki önemli nesnelere yansımalarını oluşturur. Çocuğun ebeveynleri ile ilgili bilinçaltında oluşturduğu yansımalar, ebeveynleriyle birlikte olmadığında da çocuğun anne ve babasıyla ilişkilendirdiği bir nesne görevi görür. Çocuğun anne ve baba imgelerini içselleştirme tarzı, gelecekte biriyle ilişki içinde bulunduğu, partnerini nasıl bir bakış açısıyla göreceğinin temelini oluşturur. Farklı bir ifadeyle, çocukların anne ve babalarına duydukları bağlılık, ilerleyen yaşamlarında başkalarıyla anlamlı ilişkiler kurma becerilerini etkiler (Burger, 2006).

Bowlby (1973) özellikle çocukların kendilerini yetiştiren birincil kişiden ayrıldıklarında gösterdikleri tepkileri gözlemlemiştir. Çocukların bir kısmı bu ayrılıkla gayet iyi başa çıkabilirken, bazı çocuklar bu ayrılığa ağlayarak tepki gösterirler. Ebeveynlerinin ayrılışına birinci türde tepki gösteren çocuklar, annelerinden ayrılmalarının kısa süreli olduğunu, tekrar döneceğini ve annesinden gördüğü sevgiye, şefkate tekrar ulaşacaklarını bilirler. İkinci tür

tepki veren çocuklarda olduğu gibi bazı çocuklar ise annelerinin yokken ümitsizliğe kapılır ve annesinin geri dönmeyeceğini düşünürler. Bazıları ise annenin bu ayrılışına anne yanlarına tekrar dönse bile ona yaklaşmayarak tepki verirler (Burger, 2006).

Bir çocuğun kendisine bakım veren anne figüründen uzaklaşma ya da onu kaybetme durumuna karşı gösterdiği tepkinin anlamı, onun bu figür ile arasında bulunan ilişki bağının anlamında yatar. Psikolojik alanyazınında bu konu nesne ilişkileri açısından ele alınmıştır. Bu bağlamda psikologlar ilk insan ilişkilerini tanımlarken kişiliğin temel yapısını oluşturduğunu ve ilk on iki ayda tüm bebeklerin anne figürüne karşı çok güçlü bir bağ kurdukları konusunda hemfikirdirler. Ancak bu ilişki sürecinde bağlanmanın hızı, sürdürülmesüreci, devam ettiği süre ve hangi işlevin bunu yerine getirdiği konusunda ortak bir görüş birliğine varılamamıştır (Bowbly, 1969).

Harlow (1958) bu fikirlerden yola çıkarak bağlanmayla ilgili ortaya atılan ilk görüşlerden birini öne sürmüştü ve dört ana teori olduğunu savunmuştur. Bunlar sırasıyla:

- i. Çocuğun özellikle ilk doğumundan itibaren giderilmesi gereken yiyecek ve sıcaklık gibi temel fizyolojik gereksinimleri bulunmaktadır. Bebek, bu alanlarda bir insan figürüne özellikle kendisine bakım veren anneye bağlı olduğundan, bu annenin çocuğun fizyolojik ihtiyaçlarını gidermesi ve zamanla bebeğin annesinin bir doyum kaynağı olduğunu öğrenmesinin bir sonucudur.
- ii. Bebeklerde sezgisel olarak insan memesine bağlanma ve onu emme, oral yoldan ihtiyacını giderme eğilimi vardır. Anne memesiyle ilişki kuran bebek zamanla anne figürünün varlığını ve ona ilgi duyduğunu öğrenir.
- iii. Bebeklerin insanla bedensel yakınlık ve temas kurma ihtiyaçları da vardır. Bundan dolayı beslenme ve sıcaklık ihtiyacının dışında bunlardan bağımsız bir nesne ihtiyacı da vardır.
- iv. Bebekler, ana rahminden çıkarıldıklarına kızarlar ve geldikleri yere dönmeye çabalarlar. Bu arzu, Birincil Rahme Dönüş Arzusu şeklinde ifade edilir (Bowbly, 1969).

Bağlanma teorisinin yukarıdaki ifadelerle benzer bir başka görüşü ise, insan yavrularının doğadaki diğer memeli canlıların yavrularından farklı olarak aşırı olgunlaşmamış olarak dünyaya gelmeleri temel varsayımı üzerine şekillenir. İnsan bebekleri ancak bir yetişkinin koruması ve ona bakım sağlamasıyla hayatta kalabilirler. Bu hayati durumun baskısının sonucu olarak, bebekler koruyucunun yakınlığını korumak için işlev gören davranışlar geliştirirler. Bebekler gülümser ebeveynler bu davranışları yakalar ve mutlu olur, bebekler

ağlar ebeveynler onları sakinleştirmek için motive olurlar, ebeveynler uzaklaşır ve bebekler onları görsel veya fiziksel olarak izlerler. Bu iki sistem bebeğin hayatta kalması için teşvik edici davranışsal bir ilişki türü oluşturur (Hazan ve Shaver, 1994). Anne ve bebek ilişkisi odağında gelişen bağlanma kuramı özellikle John Bowlby ve Mary Ainsworth' un katkılarıyla büyük gelişmeler sağlamıştır.

Ainsworth (1963,1967) çalışmalarında anne ve bebek ilişkilerini incelemiştir. Yaptığı çalışmalarında tanıdık olmayan bir ortamda bebeklerin bakıcıdan tekrarlanan ayrımlar yaparak bebeğin tepkilerini sınıflandırmıştır. Özellikle bebeklerin ne zaman yakın temasta oldukları, ne ölçüde kabul ettikleri ve bu tür temaslarda rahatlıklarını, ortamı inceleme ve keşfetme davranışlarını bakıcının ortamda varlığıyla ilgili değerlendirmiştir. Kısaca yakınlık-bakım, güvenli liman ve güvenli üs davranışlarını gözlemlemiştir. Anneler ve çocuklarıyla ilgili yaptığı bu deneysel çalışmaların sonucunda elde ettiği gözlemlerden yola çıkarak ebeveyn-çocuk ilişkisinin gelişiminde üç tür ilişki örüntüsünün var olduğunu ifade etmiştir. Bunlar sırasıyla; güvenli bağlanma, kaygılı-kararsız bağlanma, kaçınmacı bağlanmadır (Bowlby, 1969).

2.3.1 Güvenli Bağlanma

Bu ilişki türünde anneler bebeklerine karşı ilgili ve duyarlıdırlar (Burger, 2006). Bebek anneye ihtiyacı olduğu durumlarda ondan bu ihtiyaca hızlı bir karşılık geleceğini bilir. Acıktığında, korktuğunda, altını ıslattığında veya korunma ihtiyacı hissettiğinde annenin bu ihtiyaca cevap vermek için kendisinin yakınında olacağını bilir. Bebeğin fizyolojik ihtiyaçları dışında bebek annesini güvenli bir üs olarak, rahatlık arayışının karşılandığı bir dayanak olarak da yakınında bulur. Bu ihtiyaçları düzenli bir şekilde karşılandığından bu tür çocuklar, anneleri yakınlarında olmasa bile ona rahatlıkla ulaşabileceklerini bilirler. Ainsworth'un çalışmalarında elde ettiği bulgularda olduğu gibi bu tür bağlanma geliştiren bebekler anneleri odadan çıktığında dahi keşfetmeyi sürdürür ve rahat davranmaya devam ederler. Güvenli çocuklar mutlu ve öz güven sahibi olmaya eğilimlidirler (Burger, 2006).

2.3.2 Kaygılı-Kararsız Bağlanma

Güvenli bağlanmanın tam tersi olarak burada anne ve bebek arasında kaygılı ve kararsız bir ilişki türü vardır (Burger, 2006). Bu ilişki türünde anne bebeğin gereksinimlerine karşı ilgili ve duyarlı değildir. Bağlanma kuramının temellerinde bahsedildiği gibi bebekler fizyolojik ihtiyaçların yanında güvenli bir sığınağa da ihtiyaç duyarlar.

Bu ilişki türünün genel doğasına baktığımızda anne bebeğin ihtiyaçlarına ya hiç cevap vermez veya bu ihtiyaçları giderme konusunda yavaş davranarak geç müdahale eder. Bu ilişki örüntüsü bebeklerin hem endişeli hem de öfkeli olmasına neden olur (Hazan ve Shaver, 1994). Buldukları ortamda genel ilgi odakları bakıcılarıdır ve onlarla meşgul olurlar. Tanıdık olmayan bir ortamda anneleri ayrıldığında ve yalnız kaldıklarında kaygılanır, çoğu zaman da gözyaşlarına boğulurlar. Bu çocuklar, diğer yetişkinler tarafından sakinleştirilemez ve alışık olmadıkları durumlarda genelde korku duyarlar (Burger, 2006).

2.3.3 Kaçınmacı Bağlanma

Bu ilişki türünde diğer ikisinin aksine anneler bebeklerine karşı çok duyarlı değildirler (Burger, 2006). Bebeğin fiziksel rahatlık ve güvenlik ihtiyacını gidermeye yönelik tepkilerini genelde reddeder, tutarsız tepkiler gösterir veya hiç tepki vermezler. Annelerinin bu tavrına karşı çocuklar, anneye karşı mesafe ya da duygusal kopma geliştirerek tepki gösterirler. Bu çocuklar tanıdık olmayan bir ortamda anne oradan uzaklaştığında çok kaygılanmaz, anne geri döndüğünde de onunla çok ilgilenmezler. Güvenli bağlanma gösteren bebeklere çok yakın olmamakla birlikte bu bağlanma türüne sahip bebekler de ortamı incelemeye meraklı olup, oyuncaklarla ilgilenip bakıcıyla temas kurmamaya eğilimlidirler (Burger, 2006; Hazan ve Shaver, 1994).

Bağlanma kuramcıları bu üç değişik bağlanma türünün alanyazına kazandırılmasıyla bu alanda çalışmalarını ve gözlemlerini biraz daha ilerletmişlerdir. Ebeveyn çocuk ilişkisinin, sadece bebeklik dönemine özgü bir durum olmadığını uzun dönemde çocuğun ileride kurduğu ilişkilerinde de önemli rol oynadığını öne sürmüşlerdir. Bowlby (1969), çocuğun bebeklik döneminde anne ile geliştirdiği bu ilişki örüntüsüyle bilinçaltında başka kişilerle kuracağı ilişkiler için bir model oluşturduğunu savunur. Eğer çocuk, erken çocukluk döneminde kurduğu ilişkilerde sevgi ve güven duygusuyla karşılandıysa, kendini sevmeye layık ve güvenilir bir insan olarak görür. Ancak ilk bebeklik döneminden itibaren çocuğun bağlanma ihtiyacı sağlıklı bir şekilde giderilmediyse, çocuğun kendisiyle ilgili algısı da zayıf olacaktır. Bowlby (1969) “İstenmeyen bir çocuk yalnız anne ve babası tarafından değil, başkaları tarafından da istenmediğine inanacaktır; bunun aksine ailesi tarafından çok sevgi gören bir çocuk ise, yalnız anne ve babasının şefkatinden değil, çevresindeki herkesten göreceği sevgi ve şefkatten emin bir şekilde büyüyecektir” der.

Bundan dolayı bireyin, bebeklikten itibaren bakım veren, kendisini yetiştiren insanlarla olan ilişki deneyimi, ilerleyen yaşamda kuracağı ilişkilere dönük yaklaşımının temellerini oluşturacaktır. Eğer anne ve baba çocuğa karşı sevgi dolu, ilgili ve duyarlı davrandıysa çocuk

da sonraki yaşamında başkalarıyla kuracağı ilişkileri, ihtiyacı olan sevgi ve desteği karşılayacağı birer kaynak olarak görür. Eğer sevgi görmeden büyümüş, bağlanma ihtiyacı sağlıklı şekilde giderilmemiş ise, şüpheli ve kimseye güvenmeyen bir insan olur.

Nesne ilişkileri kuramcıları psikanalitik kuramdan etkilendikleri için, bireylerin bağlanma ilişkileri geliştirdiği modellerin bilinçaltında yer aldığını söylerler. Yetişkin bağlanma modellerinin de ortaya atılmasıyla bu alana yönelmiş ve erken çocuklukta geliştirilen “güvenli, kaygılı ve kaçınmacı” bağlanma türlerinin yetişkinlikte de devam edip romantik ilişkileri etkilemesi gerektiğini ifade etmiş ve araştırmışlardır (Burger, 2006).

Yapılan birçok araştırma sonucunda erken çocukluk döneminde anne-baba ve çocuk ilişkisi ve yetişkin bağlanma tarzı arasındaki bağlantının sadece kuramsal olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu araştırmalarla yeni bir boyut kazanan bağlanma kuramı farklı bilim insanları tarafından yeni sınıflandırmalarla zenginleştirilmiştir (Burger, 2006). Bu sınıflandırmalardan son yıllarda en çok kullanılan ve kabul göreni Bartholomew, Horowitz (1991); Brennan, Clark, Shaver (1998) ‘in yaptığı dördü sınıflandırmadır. Bowlby ve arkadaşlarının (1973) erken çocukluk dönemine dair tanımladıkları ve sınıflandırdıkları üçlü bağlanma modelini, yetişkin ilişkileri üzerinde incelemiş ve sınıflandırmışlardır.

Bu araştırmacılar öncelikle insanları, romantik ilişkilerinde, eşlerinin kendilerini terk etmesinden korkanlar ve korkmayanlar olarak ikiye ayırmışlardır. Bağlanma kuramına göre terk edilme korkusu kişinin içselleştirdiği öz-değer duygusunu yansıtır. Bu korkuyu yaşamayan insanlar kendilerini değerli ve güvenilmeye layık görürler. Diğer yandan bazı insanlar ise kendilerinin sevmeye layık oldukları konusunda bazı çekincelere sahiptirler. Araştırmacılar bu birinci boyuta kaygı ismini verirler. İkinci boyutta kişilerin yakınlık ve bağımlılık alanında kendilerini nasıl gördükleri vardır. Bu boyutun bir ucunda insanların güvenilir olduğunu ve kendilerinin duygusal ihtiyaçlarını karşılamaya hazır olduklarını düşünen bireyler, diğer uca ise insanların güvenilmez olduğunu düşünen ve onlardan kaçınan bireyler vardır. Araştırmacılar bu boyutu kaçınma olarak isimlendirirler (Burger, 2006). Bu iki boyut birleştirildiğinde dört kategorili bir model elde edilir. Yakınlıktan rahatsız olmayan, diğerleri tarafından terk edileceği korkusu yaşamayan yetişkinler, *güvenli* olarak adlandırılır. Bazı bireyler bu özelliği taşıyıp terk edilme korkusu yaşamamasına rağmen diğer insanlara karşı derin bir güvensizlik duyarlar. Araştırmacılar acı çekmekten korktukları için diğerlerine güvenmek ve onlarla duygusal bağ kurmaktan uzak duran bu yetişkinleri, *kaçınmacı bağlanma* türüne sahip bireyler olarak adlandırır (Burger, 2006; Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Modelin diğeri iki türünde ise insanlar sevildikleri duygusunu yaşarlar ancak kendilerini sevdiğini düşündükleri insanların terk etme korkusuyla yaşarlar. Bu sınıflandırmadaki bazı bireyler yakın ilişki kurma konusunda rahat olsalar da *kaygılı-kararsız* (bazen *saplantılı* da denir) sınıfına girerler. Bazı *korkulu* insanlar ise sevmeye layık olmadıklarına inanır ve kuracakları ilişkinin, gereksinim duydukları samimiyet duygusunu veremeyeceğini düşünürler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Burger, 2006).

		Terk edilme Korkusu	
		Az	Çok
Yakınlık Korkusu	Az	Güvenli	Saplantılı/Kaygılı-Kararsız
	Çok	Kayıtsız/Kaçınmacı	Korkulu/Kafası Karışık

Şekil 2.Dört Bağlanma Tarzı (Burger, 2006; s. 227)

Yetişkin bağlanma modelleri ile ilgili ortaya atılan dörtlü model özellikle bağlanma kuramına farklı bir ivme kazandırmıştır. Sadece yetişkin bağlanmasını açıklıyor gibi görünse de temellerini erken çocukluk döneminden aldığından, Bowlby ve arkadaşlarının öne sürdüğü üçlü modelden pek bir farkı yoktur. Son yıllarda bağlanma ile ilgili yapılan çalışmalarda özellikle dörtlü model kullanılsa da her iki modelin de doğruluğu üzerine birçok görüş vardır ve yapılan çalışmaların tümü değerlidir.

Ayrıca son yıllarda bağlanma ile ilgili öne sürülen bir diğer değerli bakış açısı da Gaskins ve Beeghly'nin (2017) çalışmalarında belirttiği bağlanmanın temel yapısında kültürel farklılıklardan kaynaklanan değişiklikler gösterdiği görüşüdür. Gaskins ve Beeghly (2017), kolektivist kültürel yapıda yetiştirilen bebeklerin diğerlerine bağlanmalarının gerçekleşmesi sürecinde, bireysel kültürel yapıda yetiştirilen bebeklerin bağlanma sürecine göre farklılıklar olduğunu, yetişkinin kucağına gitme, bebeğe yetişkin tarafından sarılma, öpme, gülümseme gibi davranışların daha az gerçekleştirildiğini belirtmiş ve kolektivist kültürel ortamda büyüyen bebeklerin bağlanma sürecinin de farklı şekilde gelişme gösterdiğini vurgulamıştır. Gaskins ve Beeghly'nin ileri sürdüğü görüşler bağlanma kavramına literatürde yeni bir bakış açısı kazandıracaktır.

2.4. İlgili Araştırmalar

Bu bölümde duygusal özerklik, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenlerine ilişkin ulusal ve uluslar arası alanda yapılan çalışmalara yer verilmiştir. Her iki alanyazında da duygusal özerkliği açıklamada, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenlerinin az sayıda araştırmada ele alındığı görülerek duygusal özerkliği, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyi değişkenleriyle ilişkilendirilen ilgili diğer değişkenlere yönelik bulgulara da yer verilmiştir.

Steinberg ve Silverberg (1986) yaptığı çalışmada, duygusal özerklik kavramını, akran baskısına gösterilen duyarlılık, özgüven duygusu, yaş, cinsiyet ve sosyal sınıf farklılıklarının oluşturduğu etkiye göre açıklamaya çalışmışlardır. Araştırma sonucunda duygusal özerklik ve akran baskısına gösterilen duyarlılık düzeyleri, cinsiyet ve yaş değişkenleriyle ilişkili çıkmış fakat sosyal sınıf farklılıkları değişkeniyle bağlantılı çıkmamıştır. Duygusal özerklik ve akran baskısına karşı gösterilen duyarlılık arasında ise negatif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Özgüven değişkeni de cinsiyet, yaş, sosyal sınıf farklılıkları değişkenleriyle bağlantılı çıkmıştır. Ayrıca araştırmada elde edilen diğer bir bulguya göre ise kızlar erkeklere göre duygusal özerklik alanında daha yüksek puana sahiptir. Kızların akran baskısına karşı olan duyarlılık ve kendine güvenleri daha fazladır. Erkeklerde ise kendine güven ve akran baskısına duyarlılık arasında ilişki bulunamamıştır.

Ryan ve Lynch (1989) yaptıkları çalışmayla, genç ergenlerin ebeveynlerine daha az duygusal faydalanma ve daha az güven ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Hem orta ergenlerde hem de genç yetişkinlerde duygusal özerklik kavramı, bireylerin algıladıkları ebeveyn reddi ile ilişkili bulunmuştur. Ayrıca genç yetişkinlerde aile bağlılığı ve ebeveyn kabulü konularıyla ilişkili bulunmuştur.

Lamborn ve Steinberg (1993) duygusal özerklikle ilgili yaptığı çalışmada, ergenlerin aile ile ilişkilerinde anne-baba desteğiyle arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda kendilerinden daha önce yapılmış olan çalışmalarla uyumlu olarak yüksek duygusal özerkliğe sahip olan ergenlerin, davranış sorunları ve stresi akranlarına göre daha fazla yaşadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte yüksek duygusal özerkliğe sahip, ilişkisel yardım alma düzeyi düşük olan ergenlerin, daha fazla içsel zorluk ve davranış problemi; daha az psikososyal gelişim gösterdiği vurgulanmıştır.

Deniz, Çok ve Duyan (2013), 1986 yılında Steinberg ve Silverberg'in geliştirdiği Duygusal Özerklik Ölçeğini Türk örneğine uyarlama çalışmasını yapmışlardır. Ölçeğin

Türkçe versiyonu Ankara ilinde 8., 9., 10. ve 11. Sınıflara devam eden toplam 720 öğrenciye uygulanmıştır. Yapılan pilot çalışma sonrası Duygusal Özerklik Ölçeği'nin orijinalinde bulunan “ana-babayı birey olarak görme” alt boyutunun işlememesi üzerine bu boyut ölçekten çıkarılmış ve ölçek Türk örnekleminde “İdealleştirmeme, Bağımsızlık ve Bireyselleşme” boyutlarıyla araştırılmaya devam edilmiştir (s. 360). Ergenler üzerinde yapılacak çalışmalarda oldukça işlevsel bir ölçek olduğu vurgulanmıştır.

Çoban (2013) çalışmasında, ergenler bireylerin duygusal özerkliklerini cinsiyet, yaş, ana baba birliktelik durumu gibi bazı demografik değişkenler açısından incelemiştir. Yaş değişkeni ile duygusal özerklik kavramının idealleştirmeme, bağımsızlık, bireyselleşme boyutlarına bakıldığında ondört yaşında olan ergenlerin ortalamaları, onbeş, onaltı, onyediyedi ve onsekiz yaşında olan akranlarına göre daha yüksektir. Cinsiyete göre bakıldığında ise duygusal özerkliğin idealleştirmeme boyutu ve bağımsızlık boyutunda anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Kızların puanları erkeklere göre bağımsızlık alt boyutunda yüksek, erkeklerin puanı ise idealleştirmeme alt boyutunda kızlara göre yüksektir. Anne-baba birlikteliğine göre incelendiğinde evli olan anne-babaların çocuklarının idealleştirmeme boyutu ve bağımsızlık boyundadaha yüksek duygusal özerkliğe sahip olduğu bulgulanmıştır.

Erçevik (2014) yaptığı çalışmasında, duygusal özerklik kavramı ve algılanan sosyal destek kavramı arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışmadan elde ettiği bulgular sonucunda duygusal özerklik ve algılanan sosyal destek arasında pozitif yönde bir ilişki tespit etmiştir. Duygusal özerkliğin bağımsızlık ve bireyselleşme alt boyutları ile algılanan sosyal desteğin kaynağı, aileden, arkadaştan ve öğretmenden algılanan destek boyutları arasında pozitif bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. İdealleştirmeme alt boyutunda ise aile ve öğretmen desteği ile ilgili ilişki bulmasına rağmen arkadaş desteği boyutunda anlamlı bir ilişki çıkmamıştır.

Çelik (2015) yaptığı çalışmada duygusal özerklik ve empati kavramlarının, ebeveynlerden algılanan kontrol duygusu ile ergen iyi oluş düzeyi arasındaki aracı rolünü araştırmıştır. Araştırma bulgularına göre ebeveynlerden algılanan kontrol duygusu ile ergen iyi oluşu arasında, duygusal özerkliğin aracı bir rolü olduğunu tespit etmiştir. Ebeveyn kontrolü arttıkça, ergenin duygusal özerkliği bu durumdan olumsuz etkilenmekte ve ergen öznel iyi oluşu da buna bağlı olarak azalmaktadır. Diener ve Fujita (1995) yaptıkları çalışmada, öznel iyi oluşu üzerinde bazı değişkenlerin etkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda kişisel kaynakların, maddi durumun ve sosyal unsurların öznel iyi oluşla yakından etkili olduğu tespit edilmiştir.

Diener ve Suh (1995) yılında yaptığı çalışmada gelir düzeyi, bireycilik, sosyal eşitlik gibi kavramların öznel iyi oluş kavramıyla yakından ilişkili olduğu bulunmuş ve bireyciliğin tek başına öznel iyi oluşla doğrudan ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Tuzgöl Dost (2004) yılında yaptığı çalışmada öznel iyi oluş kavramlarını çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Öznel iyi oluş açısından dikkat çekici bir araştırma olan bu çalışmanın sonuçlarına göre cinsiyet, fiziksel sağlık durumu, okunan bölüm, ekonomik durum gibi değişkenlerin öznel iyi oluş kavramıyla anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

Özen (2005) yılında ergenler üzerinde yapmış olduğu çalışmada, ergenlerin algılanan akademik başarı ve algılanan ekonomik durumu ile ergen öznel iyi oluşları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Araştırma sonucuna göre algılanan öznel iyi oluşu yüksek olan ergenlerin algılanan ekonomik durum ve algılanan akademik başarılarının da yüksek olduğu elde edilmiştir.

Canbay (2010) yaptığı çalışmada, lise düzeyinde eğitim gören ergen bireylerin sosyal beceri düzeyleri ve öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda ergenlerin öznel iyi oluşları ile sosyal beceri düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki düzeyi olduğu bulunmuştur.

Arslan (2008) doktora tezinde, ergenlerin bağlanma stilleri, yaş ve cinsiyet değişkenlerinin, psikososyal gelişim dönemlerine (güven, özerklik, girişimcilik, çalışkanlık ve kimlik) ve ego kimlik süreçlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiştir. 16-23 yaşları arasındaki 1525 ergen üzerinde yapılan çalışmada ergenlerin bağlanma stillerine göre “kararlılık” ve “keşfetme” puanları anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. Bağlanma stillerine göre ergenlerin psikososyal gelişim dönemleri “güven, özerklik, girişimcilik, çalışkanlık, ve kimlik” puan ortalamaları anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir. Ayrıca psikososyal gelişim dönemleri, bağlanma stilleri ile birlikte cinsiyete göre de farklılıklar göstermiştir.

Sümer ve Şendağ (2009) orta çocukluk döneminde bağlanmanın, öznel benlik ve kaygı üzerindeki etkilerini incelemiştir. Çalışma sonucunda elde edilen bulgulara göre anne ve babaya güvenli bağlanmanın bütün benlik alanlarına olumlu etki ettiği ve düşük kaygıyla ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Anne ve babaya bağlanmanın fiziksel görünüm algısı ve öz-değeri anlamlı olarak yordadığı bulunmuştur.

Baytemir (2016) yaptığı çalışmada ebeveyn ve akrana bağlanma ile öznel iyi oluşun arasındaki ilişkide kişiler arası yeterliliğin aracı rolünü incelemiştir. Araştırma sonucunda kişiler arası yeterliliğin alt boyutları olan, kendini açma ve duygusal destek sağlama dışındaki

ilişki başlatma, gücünü ortaya koyma ve çatışma çözme boyutları ebeveyn ve akrana bağlanma ile öznel iyi oluş arasında kısmı aracı rol üstlendiği bulgulanmıştır. Ayrıca cinsiyete göre, ebeveyn ve akarana bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin farklılaşmadığı bulunmuştur.



BÖLÜM 3

YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, veri toplama teknikleri ve elde edilen verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada yordayıcı korelasyonel araştırma modeli kullanılmıştır. Yordayıcı korelasyonel araştırmalarda, değişkenler arasındaki ilişki incelenerek; birinin bilinen değerinden yola çıkılarak, diğerinin bilinmeyen değerine ulaşılmaya çalışılır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014). Bu araştırmada ergenlerin öznel iyi oluşları ve anne-babaya bağlanma düzeylerinin, duygusal özerkliklerini ne ölçüde yordadığı ve öznel iyi oluş ile anne-babaya bağlanmanın duygusal özerkliği sırasıyla ne ölçüde yordadığı inceleneceğinden hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır.

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Gaziantep ilinde lise düzeyindeki okullara devam eden 14-17 yaşları arasındaki ergenler oluşturmaktadır. Örneklem yöntemi olarak seçkisiz örnekleme yöntemi içerisinde uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Büyüköztürk vd., 2014). Bu bağlamda araştırma örnekleme Gaziantep İli merkez ilçelerinde bulunan ulaşılabilirliği kolay olan okullardan seçilen 9, 10 ve 11. sınıfa devam eden 422 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmaya üniversite sınavına hazırlandıkları göz önünde bulundurulduğundan 12. Sınıflar dahil edilmemiştir.

Araştırmanın örneklem büyüklüğü belirlenmek amacıyla hata oranı %5, güven aralığı ise %95 olarak kabul edilmiştir (Büyüköztürk vd., 2015). Evren büyüklüğü 5.000 ile 10.000 arasında olan araştırmalar için, örneklem sayısının 370-624 arasında olması yeterlidir (Büyüköztürk vd., 2015). Araştırma örneklemiyle ilgili açıklanan kriter göz önünde bulundurulduğunda, araştırmaya katılan 422 öğrencinin örneklem büyüklüğü için sağlanması gereken sayının yeterli bir düzeyde olduğu düşünülebilir.

Tablo 1. Araştırma Grubunun Kişisel Özellikleri (n = 410)

	<i>n</i>	%
Cinsiyet		
Kadın	138	33.7
Erkek	272	66.3
Yaş		
14	79	19.3
15	153	37.3
16	141	34.4
17	37	9.0
Sınıf		
9	203	49.5
10	152	37.1
11	55	13.4
Anne-Baba Birliktelik Durumu		
Birlikte	387	94.4
Ayrı	23	5.6

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak sırasıyla Kişisel bilgi formu, Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ), Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (EÖİÖÖ) ve Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri (EABE) kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan ölçme aracının ilk kısmında yer alan kişisel bilgi formunda yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, anne-baba birlikteliği gibi bilgiler yer almaktadır.

3.3.2. Duygusal Özerklik Ölçeği (DÖÖ)

Duygusal Özerklik Ölçeği, Steinberg ve Silverberg tarafından 1986'da geliştirilmiş, Deniz, Çok ve Duyan (2010) tarafından ergenler için Türkçeye uyarlanmıştır. Duygusal Özerklik Ölçeği'nin 14 maddeden oluşan Türkçe formu, İdealleştirmeme, Bağımsızlık ve Bireyleşme alt faktörlerinden oluşmaktadır. 1, 3, 8, 11 ve 13. maddeler "İdealleştirmeme", 2, 4, 5 ve 9. maddeler "Bağımsızlık" ve 6, 7, 10, 12 ve 14. maddeler ise "Bireyleşme" alt

ölçeklerine aittir. Puanlama ölçeği 4'lü likert tipine göre uyarlanmıştır. Toplam puanların elde edilmesi için 4, 6, 10, 12 ve 14. maddeler tersine kodlanmaktadır.

Duygusal özerklik ölçeğinin güvenilirliğini belirlemek için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı hesaplanmış ve .79 olarak bulunmuştur. Ayrıca alt ölçekler için alfa değerleri idealleştirmeme alt ölçeği için .71, bağımsızlık alt ölçeği için .64 ve bireyleşme alt ölçeği için .67 olarak bulunmuştur (Deniz, Çok ve Duyan, 2013). Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanma çalışmasından elde edilen sonuçlar ölçeğin ergenlerin duygusal özerkliklerini ölçmede güvenilir bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Bu çalışmada yapılan güvenilirlik analizi sonucuna göre ise Cronbach alfa değeri .73 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği

Ergen öznel iyi oluş ölçeği Ali Eryılmaz tarafından 2009 yılında geliştirilen 15 maddeden oluşan ve dört alt boyuta sahip bir ölçektir. Ölçek dörtlü likert tipinde olup; 1, 2, 3, 4. maddeler “aile ile ilişkilerden doyum” u; 5, 6, 7, 8. maddeler “olumlu duygular” ı; 9, 10, 11. maddeler “yaşam doyumunu” nu; 12, 13, 14, 15. maddeler ise “önemli diğerleri ile ilişkiden doyum” alt ölçeklerini yansıtmaktadır (Eryılmaz, 2009).

Yine Ali Eryılmaz tarafından yapılan geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .86, test tekrar test güvenilirlik değeri ise .83 bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda ergen öznel iyi oluş ölçeğinin ergenlerle yapılan araştırmalarda kullanılmak üzere öznel iyi oluşu ölçen güvenilir bir ölçüm aracı olduğu sonucuna varılmıştır. Bu çalışmada yapılan güvenilirlik analizi sonucuna göre ise Cronbach alfa değeri .90 olarak bulunmuştur.

3.3.4.Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri (EABA)

Anne-babaya ve arkadaşlara bağlanmayı ölçmek için kullanılan “Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri” (EABE, Inventory of Parent and Peer Attachment) ilk olarak Armsden ve Greenberg (1987) tarafından 28 madde olarak geliştirilmiştir. Bu çalışmada, orijinali 28 madde olan ölçeğin, Raja ve arkadaşları (1992) tarafından bu maddelerden yola çıkarılarak geliştirilen; 12 maddelik, her biri dört maddeden oluşan, “Güven, İletişim ve Yabancılaşma” üç alt boyutuna sahip, mevcut ölçeğin kısa formu olarak oluşturulan ölçme aracı kullanılmıştır (Günaydın, Nebi, Sümer ve Uysal, 2005).

Ölçeğin Türk örnekleminde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Günaydın, Selçuk, Sümer ve Uysal tarafından 2005'te yapılmıştır. EABA Kısa Formu, 12 maddeden oluşmaktadır ve 7'li puanlama sistemine (1=Asla, 7=Daima) sahiptir. Ölçek maddelerinin ilk

kelimesi anne/baba olarak değiştirilerek anne ve baba formu oluşturulmuştur. Ölçeğin üç ayrı alt boyutu bulunmasına rağmen bunlar Türk Örneğinde ortaya çıkmamıştır ve ayrı ayrı toplanarak ölçeğin toplam puanını oluşturmaktadır. Anne ya da babaya bağlanma puanını hesaplamak için 2 ve 6. maddeler ters kodlanarak diğer maddelerle toplanmaktadır.

Cronbach alfa değerleri anne formu için .88, baba formu içinse .90 olarak bulunmuştur. Bu durum ölçeğin iki form içinde yüksek düzeyde iç tutarlık katsayısına sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği de yüksek bulunmuştur (Günaydın vd., 2005). Ayrıca bu araştırmada güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen Cronbach alfa değeri anne ve baba formlarının ikisi için de .70 bulunmuştur. Bunlara ek olarak, EABE Anne ve Baba alt ölçekleri arasındaki anlamlı ve güçlü ilişki, bu ölçeğin ergen bağlanmasını ölçen güvenilir bir araç olduğunu göstermektedir (Günaydın vd., 2005).

3.4 Verilerin Toplanması

Araştırmanın veri toplama sürecinde birinci olarak Hasan Kalyoncu Üniversitesi Etik Kurulu'ndan araştırmayı gerçekleştirmek üzere gerekli izinler alınmıştır. Etik kurul izniyle birlikte araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, Duygusal Özerklik Ölçeği, Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Envanteri araştırma izni için hazırlanan dilekçe ile birlikte Gaziantep MEB'e iletilmiştir. Bakanlıktan gerekli izinler alındıktan sonra araştırmada kullanılacak olan kişisel bilgi formu ve diğer tüm ölçekler uygulama kolaylığı oluşturmak amacıyla birleştirilerek tek bir form haline getirilmiştir.

Oluşturulan veri toplama aracından 500 adet çoğaltılarak kolay erişilebilir olan beş ayrı okula gidilmiş ve bu okullarda öğrenim gören öğrenciler arasından araştırmaya gönüllü katılım sağlamak isteyenlere ölçme araçları dağıtılmıştır. Araştırmaya katılmak için gönüllü olan öğrencilere yazılı ve sözlü olarak hem araştırma hem de etik kurallar konusunda gerekli açıklamalar yapılmış ve veri formunu cevaplamaları sağlanmıştır. Yapılan bu işlem sonrasında araştırmaya katılan öğrencilerin doldurduğu formlar aracılığıyla elde edilen cevaplar araştırmanın verilerini oluşturmaktadır. Toplanan bu veriler analiz yapmak amacıyla SPSS paket programına girilmiştir.

3.5 Verilerin Analizi

Araştırmada eksik veya hatalı doldurulduğu tespit edilen altı veri iptal edilerek veri setinden çıkarılmıştır. Bunun sonucunda elde edilen verilerin araştırmanın genel amacına uygun olup olmadığını test etmek amacıyla tek değişkenli normallik ve çoklu normallik varsayımları test edilmiştir. Bu amaçla ilk olarak standart Z puanları, standart sapma puanları

ve ortalama puanları incelenmiştir. Bu işlemden sonra ortaya çıkan sonuçlara bağı olarak arpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş, verilerin tek değişkenli normallik değerine bakılmıştır. Ardından duygusal özerklik, ergen öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyleri ile cinsiyet arasında fark olup olmadığını incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Son olarak, araştırmanın asıl amacını oluşturan duygusal özerklik düzeyi (idealleştirmeme, bağımsızlık, bireyselleşme), ergen öznel iyi oluşu ve anne-baba (anne ve baba) bağlanma düzeyleri arasındaki ilişki hiyerarşik regresyon analizi ile test edilmiştir. Veri analizi öncesinde regresyon analizinin gerekli varsayımları test edilmiştir.



BÖLÜM 4

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacına yönelik istatistiksel analizlere ve bu analizlerden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Bu araştırmanın amacı, ergenlerin duygusal özerklik düzeylerinin, öznel iyi oluş düzeyleri ile anne-babaya bağlanma düzeyleri tarafından yordanma gücünü belirlemektir.

4.1. Veri Setinin İncelenmesi

Araştırma analizleri gerçekleştirilmeden önce ilk olarak veri setinin, regresyon analizi için gerekli varsayımları karşılayıp karşılamadığı test edilmiştir. Bu amaçla öncelikle frekans analizi yapılarak veri setinin tamamında yanlış girilen veri olup olmadığına bakılmış ve yanlış girilen veriye rastlanmamıştır. Ardından kayıp veri analizi yapılarak veri setindeki kayıp veriler tespit edilmiştir. Kayıp veri analizinde Tabachnic ve Fidell'in (2015) belirttiğine göre kayıp değerler %5 'in altında ise, kayıp değerler için uygulanabilecek farklı yöntemler benzer sonuçlar vermektedir. Analiz sonucunda kayıp veri değerlerinin %5' in altında olduğu tespit edildiğinden, veri setindeki verilerin kaybını önlemek amacıyla serinin ortalaması alınarak, kayıp veri ataması yapılmıştır. Veri setinde yer alan duygusal özerklik, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyi kavramlarının tümü için alt boyutların toplam puanları hesaplanarak z puanları hesaplanmış ve incelenmiştir. İncelenen z puanlarının +3 ve -3 aralığında değer almadığı görülen 6 değer veri setinden çıkarılmıştır. Böylece veri setinden toplamda 12 kişi çıkarılmış ve analizler 410 kişi ile yapılmıştır.

Araştırmanın bir sonraki aşamasında normallik testleri yapılarak, verilerin normal dağılım gösterip göstermediği incelenmiştir. Normalliğin test edildiği aşamada çarpıklık değeri için "skewness" ve basıklık değeri için "kurtosis" değerleri ile birlikte Kolmogorov-Simirnov ve Shapiro-Wilks testleri incelenmiştir. Ayrıca histogram ve Q-Q plot grafiklerinin dağılımı da kontrol edilmiştir.

Bir ölçümün normal dağılım göstermesi için çarpıklık "skewness" ve basıklık "kurtosis" değerlerinin -1.5 ile +1.5 değerleri arasında olması gerekmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu çalışmadaki değişkenler incelendiğinde, çarpıklık ve basıklık değerlerinin tümünün -1.5 ile +1.5 arasında yer aldığı görülmektedir (bknz. Tablo 3). Kolmogorov-Simirnov ve Shapiro-Wilks testlerine göre duygusal özerklik toplam puanı için normalliğin sağlandığı ($p < .05$); öznel iyi oluş toplam puanı ve anne-babaya bağlanma düzeyi toplam puanı için

normalliğin güçlü ($p < 0.1$) bir şekilde sağlandığı görülmektedir. Histogram ve Q-Q plot grafikleri de kontrol edildiğinde normal ve normale yakın bir dağılım gösterdiği gözlenmiştir.

Sonraki aşamada regresyon analizinin yapılabilmesi için gerekli olan, çoklu bağlantılılık bulunmaması varsayımı (Büyüköztürk, 2014), değişkenler arası korelasyon değerlerinin hesaplanmasıyla test edilmiştir. Değişkenler arasındaki .80 üzerindeki korelasyon değeri çoklu bağlantı olabileceğini, .90 üzerindeki bir korelasyon değeri ise ciddi bir bağlantı sorununu olduğunu göstermektedir (Büyüköztürk, 2014). Bu hesaplama sonucunda değişkenler arasındaki korelasyon değerlerinin .80'den küçük olduğu ($\max = .55$) gözlemlenmiş ve bu sayede bahsedilen varsayımın doğrulandığı tespit edilmiştir. Ayrıca çoklu bağlantı olup olmadığını işaret eden, değişkenler arasındaki ikili korelasyon değerlerinin diğer bağımsız değişken tarafından açıklanamadığı varyans oranı olan tolerans değerinin ve varyans büyütme faktörü (VIF) değerinin de incelenmesi gerekmektedir. Büyüköztürk'e (2014) göre yapılacak analizde tolerans değerinin .20' den daha düşük, varyans büyütme faktörü olan "VIF" değerinin ise 10 dan yüksek olması durumu değişkenler arasında çoklu bağlantı olduğuna işaret eder. Değişkenlerin değerleri incelendiğinde yukarıda bahsedilen varsayımları karşıladığı görülmektedir (bkz. Tablo 2).

Tablo 2. *Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi Değişkenlerine Yönelik Tolerance ve VIF Sonuçları*

	<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>
Öznel İyi Oluş	.77	1.30
Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi	.77	1.30

Araştırmada ilk olarak duygusal özerklik, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyine ilişkin betimsel istatistiklere Tablo 3'te yer verilmiştir.

Tablo 3. *Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş, Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi Betimsel İstatistik Sonuçları*

	<i>Min.</i>	<i>Mak.</i>	\bar{x}	<i>Ss</i>	<i>Çarpıklık</i>	<i>Basıklık</i>
Duygusal Özerklik	18	53	37,15	6,45	-,25	-,01
Öznel İyi Oluş	19	65	45,90	9,00	-,52	-,20
Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi	54	150	106,52	17,69	-,36	-,27

4.2. Cinsiyete göre Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Düzeyi Puanlarına İlişkin Bulgular

Ergenlerin duygusal özerkliği alt boyutları idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme puanları ile öznel iyi oluş puanları ve anne-babaya bağlanma düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 4'te verilmiştir. Buna göre ergenlerin duygusal özerklik idealleştirmeme boyutu puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir, $t(408) = 2.63$, $p < .01$, Cohen's $d = .27$. Erkeklerin duygusal özerklik idealleştirmeme puan ortalamaları ($\bar{x} = 14.06$), kızların idealleştirmeme puan ortalamalarına ($\bar{x} = 13.20$) göre daha yüksektir. Değişkenler arasında doğrusallık varsayımını gerektirmeyen eta-kare, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde ne derece etkili olduğunu gösterir ve etki büyüklüğü olarak ifade edilir (Büyüköztürk, 2014). Cohen standardize edilmiş etki büyüklüğü indeksi olan d değeri karşılaştırılan ortalamaların birbirinden kaç standart sapma uzaklaştığını gösterir ve işaretine bakmaksızın sırasıyla; .20 küçük (small), .50 orta (medium) ve .80 geniş (large) olmak üzere yorumlanır (Büyüköztürk, 2014). Buradan hareketle etki büyüklüğünün orta değerinde olduğu görülmektedir. Ergenlerin duygusal özerklik bağımsızlık boyutu puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(408) = 0.06$, $p > .05$. Erkeklerin duygusal özerklik bağımsızlık puan ortalamaları ($\bar{x} = 10.55$) ile kızların bağımsızlık puan ortalamaları ($\bar{x} = 10.54$) arasında anlamlı bir fark yoktur. Ergenlerin duygusal özerklik bireyselleşme boyutu puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(408) = 0.12$, $p > .05$. Kızların duygusal özerklərbireyselleşme puan ortalamaları ($\bar{x} = 12.87$), erkeklerin bireyselleşme puan ortalamalarına ($\bar{x} = 12.83$) göre daha yüksektir. Ancak bu fark anlamlı bulunmamıştır. Ergenlerin öznel iyi oluş puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(408) = 0.41$, $p > .05$. Erkeklerin öznel iyi oluş puan ortalamaları ($\bar{x} = 46.04$), kızların öznel iyi oluş puan ortalamalarına ($\bar{x} = 45.65$) göre daha yüksektir. Ancak değerler arasındaki bu fark anlamlı bir fark değildir. Ergenlerin anne-babayabağlanma düzeyleri incelendiğinde, anneye bağlanma puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(408) = 1.50$, $p > .05$. Erkeklerin anneye bağlanma düzeyleri puan ortalamaları ($\bar{x} = 60.40$), kızların anneye bağlanma düzeyleri puan ortalamalarına ($\bar{x} = 58.25$) göre daha yüksektir. Ancak bu fark anlamlı bir fark oluşturmamaktadır. Ergenlerin babaya bağlanma puan ortalamaları cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir, $t(408) = 1.78$, $p > .05$. Erkeklerin babaya bağlanma düzeyleri

puan ortalamaları ($\bar{x} = 47,45$), kızların anneye bağlanma düzeyleri puan ortalamalarına ($\bar{x} = 45,68$) göre daha yüksektir. Ancak bu fark anlamlı bir fark oluşturmamaktadır.

Tablo 4. *Cinsiyet Değişkenine Göre Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Puanlarına İlişkin t-testi Sonuçları*

Değişkenler	Cinsiyet	N	\bar{x}	Ss	sd	t
Duygusal Öz.	Kız	138	13,20	3,09	408	2,63
İdealleştirmeme	Erkek	272	14,06	3,15		
Duygusal Öz.	Kız	138	10,54	2,60	408	,06
Bağımsızlık	Erkek	272	10,55	2,50		
Duygusal Öz.	Kız	138	12,86	2,44	408	,12
Bireyselleşme	Erkek	272	12,83	2,59		
Öznel İyi Oluş	Kız	138	45,65	9,10	408	,41
	Erkek	272	46,03	9,05		
Anneye Bağ.	Kız	138	58,25	14,12	408	1,50
	Erkek	272	60,39	12,89		
Babaya Bağ.	Kız	138	45,68	8,80	408	1,78
	Erkek	272	46,04	9,93		

* $p < .05$ Not: Duygusal Öz. : Duygusal Özerklik, Anne-Babaya Bağ. : Anne-Babaya Bağlanma

4.3 Korelasyonel İstatistikler

4.3.1. Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Arasındaki İlişkilere Ait Bulgular

Ergenlerin duygusal özerkliklerinin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme alt boyutları, öznel iyi oluşları ve anne-babaya bağlanma düzeyleri arasında bağlantı olup olmadığını belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon Analiz tekniği kullanılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 5’ te gösterilmiştir.

Tablo 5. *Duygusal Özerklik, Öznel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Arasındaki İlişkiler ile İlgili Bulgular*

	1	2	3	4	5
İdealleştirmeme	1				
Bağımsızlık	.52**	1			
Bireyselleşme	.37**	.36**	1		
Öznel İyi Oluş	.50**	.41**	.26**	1	
Anneye Bağ.	.50**	.44**	.29**	.51**	1
Babaya Bağ.	.30**	.27**	.04	.18**	.17**

* $p < .05$ ** $p < .01$

Tablo 5 incelendiğinde bağımlı değişken olan duygusal özerkliğin *idealleştirmeme* boyutu ile bağımsız değişkenlerden öznel iyi oluş puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .50, p < .01$). Yine Tablo 5'e göre bağımlı değişken duygusal özerkliğin *idealleştirmeme* boyutu ile bağımsız değişkenlerden diğeri olan anne-babaya bağlanma düzeyi alt boyutları, sırasıyla anne ve baba puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (anne: $r = .50, p < .01$; baba: $r = .30, p < .01$).

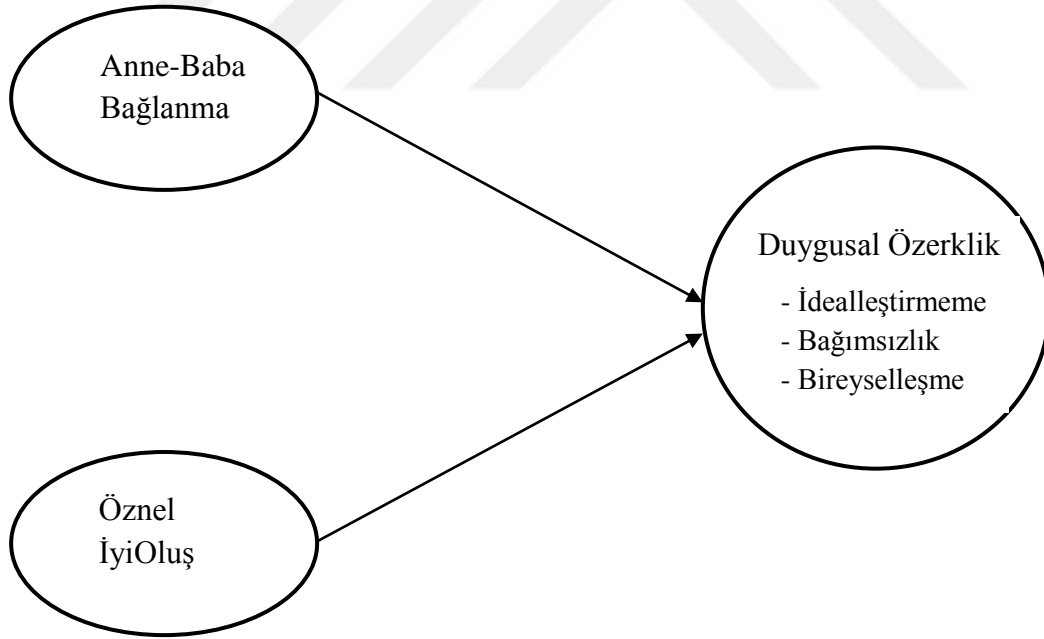
Tablo 5 incelendiğinde bağımlı değişken duygusal özerkliğin *bağımsızlık* boyutu ile bağımsız değişkenlerden öznel iyi oluş puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .41, p < .01$). Yine Tablo 5'e göre bağımlı değişken duygusal özerkliğin *bağımsızlık* boyutu ile bağımsız değişkenlerden diğeri olan anne-babaya bağlanma düzeyi alt boyutları, sırasıyla anne ve baba puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (anne: $r = .44, p < .01$; baba: $r = .27, p < .01$).

Tablo 5 incelendiğinde bağımlı değişken duygusal özerkliğin *bireyselleşme* boyutu ile bağımsız değişkenlerden öznel iyi oluş puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .26, p < .01$). Tablo 5'e göre bağımlı değişken duygusal özerkliğin *bireyselleşme* boyutu ile bağımsız değişkenlerden diğeri olan anne-babaya bağlanma düzeyi alt boyutu, anneye bağlanma puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r = .29, p < .01$). Ancak duygusal özerklik *bireyselleşme* boyutu puanları ile

babaya bağlanma düzeyi puanları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olmadığı görülmektedir ($r = .04, p > .01$).

4.4 Yordayıcı İstatistikler

Ergenlerin duygusal özerkliklerinin yordanmasında, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeylerinin rolünü belirlemek amacıyla yordayıcı korelasyonel araştırma deseni belirlenmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiler incelenirken, değişkenlerin birinden yola çıkılarak diğer bir değişkenin yordanmaya çalışıldığı araştırmalara, yordayıcı korelasyonel araştırmalar denmektedir (Büyüköztürk, 2014). Bu araştırma modellemesinde ise bağımlı değişken olan ergenlerin duygusal özerklik düzeyleri, bağımsız değişkenler olan öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyi puanlarından yola çıkılarak hiyerarşik regresyon analizi aracılığıyla yordanmaya çalışılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi, bağımlı değişkeni yordayan bağımsız değişkenlerin belirli bir sırayla analize dahil edildiği ve bağımsız değişkenlerin, bağımlı değişkeni yordama düzeyinin, bağımsız değişkenlerin birbirinden bağımsız olduğu şekilde, görüldüğü bir analiz türüdür (Büyüköztürk, 2014).



Şekil 3. Araştırma Modeli

4.5 Duygusal Özerkliğin Yordanmasında Özel İyi Oluş ve Anne-Babaya Bağlanma Düzeyinin Rolü

Bu kısımda yukarıdaki araştırma modelinde görüldüğü gibi bağımlı değişken olan duygusal özerkliğin alt boyutlarının “idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme” yordanmasında bağımsız değişkenlerin, özel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyi, rolünü belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Analizin ilk aşamasında duygusal özerklik değişkeninin alt boyutlarından birisi olan *idealleştirmeme* boyutu bağımlı değişken olarak alınmış ve sırasıyla özel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyi, anne ve baba olmak üzere iki boyut olarak dahil edilmiştir. İkinci aşamada yine duygusal özerkliğin bir alt boyutu olan *bağımsızlık* boyutu bağımlı değişken olarak alınmış ve özel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyi, anne ve baba olmak üzere iki boyut olarak dahil edilmiştir. Son olarak duygusal özerkliğin üçüncü boyutu olan *bireyselleşme* boyutu bağımlı değişken olarak alınmış ve sırasıyla özel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyi, anne ve baba olmak üzere iki boyut olarak dahil edilmiştir. Böylece analiz iki aşamada tamamlanmıştır. Hiyerarşik regresyon analizine ilişkin sonuçlar idealleştirmeme alt boyutu için Tablo 6, bağımsızlık alt boyutu için Tablo 7 ve bireyselleşme alt boyutu için Tablo 8’de belirtilmiştir.

Tablo 6. *Duygusal Özerkliğin İdealleştirmeme Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları*

	<i>B</i>	<i>sh</i>	β	<i>t</i>	R^2	ΔR^2
Model 1						
Sabit	5.70	.70		8.20		
Özel İyi Oluş	.18	.01	.50	11.83**	.25	.25**
Model 2						
Sabit	.73	1.50		1.65		
Özel İyi Oluş	.11	.02	.31	6.75**		
AB. Bağ. Anne	.07	.01	.31	6.88**		
AB. Bağ. Baba	.06	.01	.19	4.84**	.37	.12**

* $p < .05$ ** $p < .01$

Bağımsız değişkenlerin duygusal özerkliğin idealleştirmeme boyutunu yordama düzeyine bakıldığında, modele ilk olarak dahil edilen özel iyi oluş idealleştirmemeye ilişkin toplam varyansın yaklaşık %25’ ini ($\Delta R^2 = .25$) açıkladığı görülmektedir ($p < .01$). Özel iyi oluş ve idealleştirmeme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Modele ikinci olarak ebeveyne bağlanma, anne ve baba boyutları eklendiğinde (Model 2) özel iyi oluş

değişkeninin kontrol edilmesiyle, daha önce açıklanan varyansa %12'lik anlamlı bir katkı sağladığı ($\Delta R^2 = .12$) görülmektedir ($p < .01$). Tüm değişkenlerin analize katıldığı Model 2' de anne ve babaya bağlanma değişkenlerinin istatistiksel olarak modele pozitif yönde anlamlı katkı sağlayarak, açıklanan toplam varyansı %37'ye yükselttiği görülmektedir.

Tablo 7. *Duygusal Özerkliğin Bağımsızlık Boyutunun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları*

	<i>B</i>	<i>sh</i>	β	<i>t</i>	R^2	ΔR^2
Model 1						
Sabit	5.30	.60		8.96		
Öznel İyi Oluş	.11	.01	.41	9.08**	.17	.17**
Model 2						
Sabit	2.23	1.30		2.82		
Öznel İyi Oluş	.06	.01	.22	4.54**		
AB. Bağ. Anne	.06	.01	.30	6.09**		
AB. Bağ. Baba	.05	.01	.18	4.14**	.28	.11**

* $p < .05$ ** $p < .01$

Bağımsız değişkenlerin duygusal özerkliğin bağımsızlık boyutunu yordama düzeyine bakıldığında, modele ilk olarak dahil edilen öznel iyi oluş bağımsızlığına ilişkin toplam varyansın yaklaşık %17' sini ($\Delta R^2 = .17$) açıkladığı görülmektedir ($p < .01$). Öznel iyi oluş ve bağımsızlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Modele ikinci olarak ebeveyne bağlanma, anne ve baba boyutları eklendiğinde (Model 2) öznel iyi oluş değişkeninin kontrol edilmesiyle, daha önce açıklanan varyansa %11'lik anlamlı bir katkı sağladığı ($\Delta R^2 = .11$) görülmektedir ($p < .01$). Tüm değişkenlerin analize katıldığı Model 2' de anne ve babaya bağlanma değişkenlerinin istatistiksel olarak modele pozitif yönde anlamlı katkı sağlayarak, açıklanan toplam varyansı %28'ye yükselttiği görülmektedir.

Tablo 8. *Duygusal Özerkliğin Bireyselleşme Boyutununun Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları*

	<i>B</i>	<i>sh</i>	β	<i>t</i>	R^2	ΔR^2
Model 1						
Sabit	9.55	.63		15.22		
Öznel İyi Oluş	.07	.01	.26	5.35**	.07	.07**
Model 2						
Sabit	9.16	1.45		10.72		
Öznel İyi Oluş	.04	.01	.15	2.75**		
AB. Bağ. Anne	.04	.01	.21	3.86**		
AB. Bağ. Baba	-.00	.01	-.02	-42**	.10	.03**

* $p < .05$ ** $p < .01$

Bağımsız değişkenlerin duygusal özerkliğin bireyselleşme boyutunu yordama düzeyine bakıldığında, modele ilk olarak dahil edilen öznel iyi oluş bireyselleşmeye ilişkin toplam varyansın yaklaşık %07' sini ($\Delta R^2 = .07$) açıkladığı görülmektedir ($p < .01$). Öznel iyi oluş ve bireyselleşme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır. Modele ikinci olarak ebeveyne bağlanma, anne ve baba boyutları eklendiğinde (Model 2) öznel iyi oluş değişkeninin kontrol edilmesiyle, daha önce açıklanan varyansa %03' lük pozitif yönde anlamlı bir katkı sağladığı ($\Delta R^2 = .03$) görülmektedir ($p < .01$). Tüm değişkenlerin analize katıldığı Model 2'de anne ve babaya bağlanma değişkenlerinin istatistiksel olarak modele pozitif yönde anlamlı katkı sağlayarak, açıklanan toplam varyansı %10'a yükselttiği görülmektedir.

Sonuç olarak öznel iyi oluş değişkeni ve anne-babaya bağlanma değişkeni; anne ve baba boyutları; duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarının tümünün yordanmasına pozitif yönde anlamlı düzeyde katkı sağlamaktadır. Tüm değişkenler analize birlikte katıldığında bağımsız değişkenlerin, duygusal özerklik değişkeninin idealleştirmeme boyutunun toplamda %37'sini; bağımsızlık boyutunun %28'sini; bireyselleşme boyutunun ise %10'unu yordadığı görülmektedir.

BÖLÜM 5

TARTIŞMA

Bu bölümde duygusal özerklik değişkeninin cinsiyet, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenleri tarafından ne şekilde açıklandığına ilişkin bulgular yorumlanarak ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

5.1 Duygusal Özerkliğin Cinsiyete Göre Farklılaşmasına İlişkin Sonuçlar

Yapılan analizler sonucunda cinsiyet değişkenine göre farklılığa bakıldığında duygusal özerklik değişkeninin idealleştirmeme boyutunda anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarında ise kız ve erkeklerin ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. İdealleştirmeme boyutunda erkeklerin kızlara göre ortalama puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmanın bulgularına benzer şekilde, Çoban (2013) ergenlerle yaptığı çalışmada, hem idealleştirmeme hem de bağımsızlık boyutunda kızlar ve erkeklerin ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiş, erkeklerin idealleştirmeme boyutundan aldıkları ortalama puanların kızların ortalama puanlarından daha yüksek olduğunu bulmuştur. Bireyselleşme boyutunda ise kızlar ve erkeklere göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Başka bir benzer çalışmada ise Güney (2017), idealleştirmeme alt boyutunda erkeklerin ortalama puanlarının kız öğrencilerin ortalama puanlarına göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Diğer boyutlar incelendiğinde ise bağımsızlık alt boyutunda kızlar ve erkeklerin ortalama puanları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamış, bireyselleşme boyutunda ise kızların ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Yine Erçevik (2014) de benzer sonuçlar elde etmiş ve idealleştirme boyutunda erkeklerin ortalama puanlarının kızların puanlarına göre; bireyselleşme boyutunda ise kızların ortalama puanlarının erkeklerin puanlarına göre anlamlı düzeyde farklılaştığını bulgulamıştır. Ercan ve Yazıcı (2018) yaptıkları çalışmada duygusal özerkliğin idealleştirmeme boyutunda erkekler ve kızların aldıkları puanlara göre anlamlı bir farklılık bulmuştur. Erkeklerin idealleştirmeme boyutu ortalama puanlarının kızların ortalama puanlarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin ve kızların bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarında sahip oldukları ortalama puanlar arasında ise anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Yurt dışında yapılan benzer çalışlarda idealleştirmeme boyutunda kızların ortalama puanlarının, erkeklerin ortalama puanlarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Chen, 1994; Steinberg ve Silverberg, 1986; Tung ve Dhillion, 2006).

Yukarıda sıralanan çalışmalardan yola çıkılarak, yapılan analizler sonucunda elde edilen sonuçların ulusal alanyazında yapılmış diğer çalışmalarla benzerlik gösterdiği, yani diğer araştırmalarda elde edilen bulgularla birbirini destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Güney (2017) ve Yazıcı'nın (2018) elde ettiği sonuçlar bu çalışmada elde edilen sonuçlarla benzerlik göstermektedir ve idealleştirmeme boyutu puanlarında kızlar ve erkekler arasında anlamlı düzeyde bir fark tespit edilirken, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarında alınan puanlar arasında anlamlı düzeyde bir farklılık tespit edilememiştir. Yapılan diğer çalışmalarda da benzer şekilde, Erçevik (2014) ve Çoban (2013), idealleştirmeme boyutunda erkeklerin ortalama puanlarının kızların ortalama puanlarına göre anlamlı düzeyde bir fark oluşturduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlardan farklı olarak, idealleştirmeme boyutunda kızların ortalama puanlarının erkeklerin ortalama puanlarına göre farklılaşması, uluslararası yapılan diğer araştırmaların (örn., Chen, 1994; Steinberg ve Silverberg 1986; Tung ve Dhillion, 2006), sonuçlarıyla farklılık göstermektedir.

Bu araştırmada elde edilen ve alanyazındaki diğer çalışmalarla benzerlik gösteren idealleştirmeme boyutunda kızlara göre erkeklerin lehine çıkan sonuçların; uluslararası çalışmalarda elde edilen sonuçlar ile farklılaşması kültürel değerlerle açıklanabilir. Bireylerin fikirlerini, beklentilerini ve sosyal bilinçlerini oluşturmada kültürel değerler oldukça etkilidir (Çoban, 2013). Türk kültürü karmaşık bir yapıya sahiptir, bir taraftan geçmişten gelen geleneksel/kollektif özellikler kültürel değerler içerisinde yerini önemli bir derecede korurken, diğer yandan gelişen eğitim fırsatlarının artmasıyla birlikte kazanılan modern değerlerin etkisi hissedilmektedir. Bunun sonucunda bu iki kavramın buluşmasıyla oluşan kültürel değerler içerisinde hem geleneksel hem de modern değerlerin özelliklerinin etkisi birlikte görülmektedir (Kağıtçıbaşı, 1990). Diğer taraftan Steinberg ve Silverberg'e (1986) göre özerkliğin gelişen ilk boyutu olan idealleştirmeme boyutunda erkeklerin kızlara göre öne geçmesinin sebebi, Türk kültüründe hala kız ve erkek çocukların geleneksel özellikler doğrultusunda belirlenen roller ile yetiştirildiğinin bir göstergesi olarak açıklanabilir. Kızlar anne babaya daha bağlı yetiştirilirken, erkekler daha dışa dönük, rekabetçi, sosyalleşen ve aktif bireyler olmaları yönünde desteklenmektedir. Kız çocuklar ev içi rollere ve anneliğe hazırlanırken, erkek çocuklar aileleri tarafından geleceğe dönük ekonomik birer güvence olarak görülmektedir (Çelen ve Çök). Bu yüzden erkeklerin ergenlik döneminde anne ve babalarını idealleştirmekten daha hızlı bir uzaklaşma yaşadıkları düşünülebilir. Bununla birlikte araştırmada elde edilen diğer bulgulara göre bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarında ulaşılan sonuçların birbirinden farklılık göstermesi bir çelişki oluşturmaktan çok

bu alanda daha fazla araştırma yapılmasına duyulan ihtiyacı göstermektedir. Temelde geleneksel, toplulukçu bir yapıyı barındıran Türk kültüründe yer alan ailelerin, son yıllarda eğitim fırsatlarının gelişmesiyle geleneksel toplumsal yapının ön gördüğü bağlamdan sıyrılarak modern toplumun özelliği olan bireysellik ve özerklik kavramlarını ön plana çıkarttığı görülmektedir. Dolayısıyla ailelerin kız ve erkek çocukları yetiştirirken cinsiyet rollerine yükledikleri anlamlar, görevler ve onlardan karşılanması beklenen rollerde de değişiklikler görülmektedir. Bu yüzden bazı araştırmalarda bireyselleşme boyutunda kızların puanlarının erkeklere göre farklılaşmasının sebebi, değişen kültürel süreçte kızların yetişkinlikte kendi kendine yetebilen, karşı cinse maddi ve manevi yönden bağlı olmaması amacıyla desteklenmesinin olduğu düşünülebilir. Bu ve benzeri değişen kültürel süreçlerden kaynaklanan farklılaşmalar bu alanda daha fazla araştırma yapılması gerekliliğini göstermektedir.

5.2 Duygusal Özerkliğin Öznel İyi Oluş Değişkeni Tarafından Açıklanabilirliğine İlişkin Sonuçlar

Bu araştırmanın temel amaçlarından biri olan, öznel iyi oluş değişkeninin duygusal özerkliğin; idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarını açıklamadaki rolüne ilişkin analiz sonuçları öznel iyi oluşun istatistiksel olarak bu değişkenleri pozitif yönde, anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. Araştırma bulgularından elde edilen sonuçlara göre öznel iyi oluş kavramı duygusal özerkliğin sırasıyla idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarının tümünü yordamaya katkı sağlamaktadır. Öznel iyi oluş kavramı bireylerin kendi yaşamları hakkındaki bilişsel ve duyuşsal fikirleridir (Tuzgöl Dost, 2004). Alanyazın incelendiğinde öznel iyi oluş kavramıyla çeşitli değişkenlerin çalışıldığı birçok araştırma mevcut olsa da duygusal özerklik kavramı ile öznel iyi oluşun birlikte çalışıldığı araştırmaların azlığı dikkat çekmektedir.

Güney (2017) yaptığı çalışmada, bu araştırmada elde edilen bulguları destekler nitelikte sonuçlar elde etmiş ve öznel iyi oluş ile duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutları arasında pozitif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki bulmuştur. Bu araştırma ve Güney'in (2017) elde ettiği sonuçların aksine Lamborn ve Steinberg (1993) ve Ryan ve Lynch (1989) çalışmalarında, duygusal özerklik puanları yüksek olan ergenlerin, düşük olanlara kıyasla daha çok davranış problemi ve stres yaşadıkları bulgusunu elde etmişlerdir. Yani başka bir deyişle söz edilen araştırmada elde edilen sonuçta göre öznel iyi oluş düzeyleri yüksek olan bireylerin duygusal özerklik düzeylerinin düşük olması beklenmektedir. Lamborn ve Steinberg'in bulgularından farklı olarak Poyraz (2019)

araştırmasında bu çalışmada elde edilen bulguları destekler nitelikte bulgular elde etmiş ve öznel iyi oluş ile duygusal özerklik arasında anlamlı düzeyde pozitif bir ilişki olduğunu bulmuştur.

Steinberg'in (1993) de belirttiği gibi duygusal özerkliğin gelişen ilk boyutu ergenlerin anne-babalarını çocuksu bir bakış açısından kurtularak onları her şeye gücü yeten, her şeyi bilen birer birey oldukları görüşünden uzaklaştırdıkları, idealleştirmeme boyutudur. Yapılan araştırmada elde edilen bulgular sonucunda bu boyutun öznel iyi oluşu açıklayan toplam varyansa en büyük katkıyı yapan değişken olduğu görülmüştür. Çocukluk döneminden yavaş yavaş ergenliğe geçişte aile yerine dışarıya yönelen bireylerin, kendi yaşamlarını değerlendirmeleri ve buna dair duyuşsal ve bilişsel fikirlerinin olması, yani öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek oluşu, anne ve babalarına olan çocuksu bakışlarından kurtulmalarını onları da diğer bireylerden farklı olarak üstün birer güce sahip olmadıkları görüşünü (idealleştirmeme) kazanmalarını desteklemektedir. Steinberg'in (2007) de belirttiği gibi duygusal özerklik ergenin ailesiyle olan yakın ilişkilerinde bağımsızlığa doğru yönelmesini içerir. Bu bağımsızlığa yönelik çocuksu bir bakış açısından kurtularak gerçekleşmektedir ve elde edilen bulgular bu durumun Türkiye örneğinde de böyle gerçekleştiğini destekler niteliktedir.

Öznel iyi oluş kavramının, duygusal özerklikte anlamlı düzeyde en yüksek yordama gücüne sahip olduğu ikinci değişken bağımsızlık boyutudur. Türk aile ve kültürel yapısına bakıldığında Kağıtçıbaşı'nın (2010) da bahsettiği gibi ataerkil aile yapısına sahip toplumlarda aile bireyleri birbirine sıkı bağlarla örülmüş aile ilişkileri içerisinde yetişirler. Bu tip aileler genel olarak çekirdek aile tipi gösterse de çoğunlukla üretim, beslenme ve çocuk yetiştirme gibi konularda diğer akrabalarla (büyükanne, büyükbaba), beraber hareket ettikleri için geniş aile tipi örneği göstermektedir. Cinsiyet değişkenine ait bulguların tartışıldığı kısımda bahsedildiği gibi her ne kadar da modern aile yapısına dair değişimler görülse de çocuk yetiştirme konusunda kültürel bağlamın tamamen değişim göstermediği görülmektedir. Bu durum göz önünde bulundurulduğunda öznel iyi oluş düzeyi ergen bireylerin duygusal özerkliklerinin bağımsızlık boyutunu açıklamada anlamlı düzeyde yordayıcı bir değişken olsa da bu boyutu açıklayacak başka değişkenlerin de yordama gücünde rol oynayabileceğini düşündürmektedir. Başka bir deyişle öznel iyi oluş kavramı duygusal özerkliğin bağımsızlık boyutunu anlamlı düzeyde yordamaktadır ancak yordama gücünün etkisinin idealleştirmeme boyutundan daha az olması diğer kültürel ve ailesel faktörlerin de etkili olabileceğini göstermektedir.

Üçüncü olarak öznel iyi oluş kavramı duygusal özerklik kavramının bireyselleşme boyutunu da anlamlı düzeyde yordamaktadır. Burada kültürel olarak kolektif bir yapıya sahip olan Türk kültürünün etkisinden dolayı bireyselleşme boyutunun etkilendiği düşünülmektedir. Öznel iyi oluş kavramı her ne kadar da duygusal özerkliğin bireyselleşme boyutunu anlamlı düzeyde yordasa da yordama gücüne bakıldığında idealleştirmeme ve bağımsızlık boyutları kadar güçlü bir değer elde edilememesinin sebebi kültürel yapının etkisinden kaynaklandığını düşündürmektedir. Özdemir ve Çok'un (2011) belirttiği gibi özerklik aile ilişkileri içinde kazanılmaya başlayan bir kavram olsa da gelişimi aile ortamının dışında kültürel faktörlerin etkisine bağlıdır. Türk aile ve kültürel yapısı kolektif yapıdan bireysel yapıya doğru ilerleme gösterse de var olan kültürel yapının hala kolektif kültürel yapıyı temsil etmesi bireyselleşme boyutunun idealleştirmeme ve bağımsızlığa göre biraz daha geç gelişmesine neden olabilir. Steinberg ve Silverberg'in (1986) de belirttiği gibi duygusal özerkliğin boyutlarının birer gelişme sırası vardır; buna göre Türk kültürünün de etkisiyle gelişen son boyutun bireyselleşme boyutu olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak elde edilen bulgular doğrultusunda öznel iyi oluş kavramı sırasıyla idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarının pozitif yönlü anlamlı düzeyde yordayıcısıdır. Bu çalışmada elde edilen bulgular ve daha önceden yapılmış diğer çalışmaların sonuçları doğrultusunda öznel iyi oluş kavramı ve duygusal özerklik kavramının birbiriyle anlamlı düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Alanyazındaki araştırma sonuçları da incelendiğinde duygusal yönden ebeveyninden kopuş yaşayan ergenin öznel iyi oluş seviyesinde gözle görülür bir artış olduğu ve elde edilen bulgulara göre de öznel iyi oluşun duygusal özerkliğin ve alt boyutlarının anlamlı düzeyde yordayıcısı olduğu tespit edilmektedir (örn. Steinberg ve Silverberg, 1986; Güney, 2017; Poyraz, 2019). Yani hem öznel iyi oluşun duygusal özerklik ve alt boyutlarını anlamlı düzeyde etkilediği hem de duygusal özerkliğin öznel iyi oluşa katkı sağladığı görülmektedir. Duygusal özerklik ve öznel iyi oluş kavramlarının birlikte incelendiği çalışmalarda elde edilen bulgular birbirini destekler nitelikte olsa da bu çalışmaların azlığı bu alanda yapılacak yeni araştırmalara duyulan ihtiyacı göstermektedir. Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda elde edilecek bulgular bu kavramların ilişkisiyle ilgili daha detaylı bilgiler sunacaktır.

5.3 Duygusal Özerkliğin Anne-Babaya Bağlanma Değişkeni Tarafından Açıklanabilirliğine İlişkin Sonuçlar

Bu araştırmanın temel amaçlarından bir diğeri olan, anne-babaya bağlanma değişkeninin duygusal özerkliğin; idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarını

açıklamadaki rolüne ilişkin analiz sonuçları anne-babaya bağlanma düzeylerinin istatistiksel olarak bu değişkenleri pozitif yönde, anlamlı düzeyde yordadığını göstermiştir. Başka bir deyişle araştırma bulgularından elde edilen sonuçlara göre anne-babaya bağlanma düzeyleri duygusal özerkliğin sırasıyla idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarının tümünü yordamaya katkı sağlamaktadır. Bağlanma, çocuğun korkması, üzülmesi veya yorulması gibi stres verici bir durumla birlikte çocukta oluşan bir başkasıyla yakınlık kurma ihtiyacıdır (Bowbly, 1969).

Duygusal özerklik ve anne-babaya bağlanma konusu alanyazında dikkat çeken konulardır. Bowbly (1969) çocukların ilk keşfetme davranışlarının özerkliğin temelleri olduğunu belirtmiş ve bunun bağlanma davranışıyla doğrudan ilişkilendirmiştir. Kendini bağlanma yönünden güvende hisseden çocukların keşfetme davranışlarını kendini rahat hissedeceğini ve çocukların bu alanda sağlıklı bir ilerleme kaydedeceğini belirtmiştir. Ayrıca Özdemir ve Çök'un (2011) aktardığına göre bağlanmanın özerkliği de kapsadığına dair sosyal yetkinlik alanında yapılan birçok çalışma vardır ve bu çalışmalar Bowbly'nin (1969) belirttiği gibi bağlanmanın çocuğun keşfetme davranışına destek olarak özerkliği de kapsadığı görüşünü desteklemektedir. Yazıcı'nın (2019) duygusal özerklik, eylemlilik ve arkadaşla bağlanma konularını incelediği araştırması sonunda elde ettiği sonuçlara göre duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarının tümü, arkadaşla bağlanma değişkeni ile pozitif yönde anlamlı düzeyde ilişkilidir. Bowbly'nin (1969) kuramında belirttiği bağlanmanın çocuklukta oluşturulan bir model olduğu ve bu modelin ilerleyen yaşamda bireyin kuracağı ilişkilerde etkili olacağı görüşü Yazıcı'nın (2019) elde ettiği duygusal özerklik ve arkadaşla bağlanma değişkenleri arasındaki pozitif yönlü ilişkiyi destekler niteliktedir. Bu çalışmada elde edilen, duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarının tümünün, anne-babaya bağlanma değişkeniyle pozitif yönde ilişkili olması Bowbly'nin (1969) kuramsal görüşü ışığında açıklanabilir.

Çoban'ın (2013) elde ettiği bulgulara göre, anne-baba birlikteliği ve ergen bireyin aile içinde anne-babayla ilişki örüntüsü duygusal özerklikleri üzerinde etkili olmaktadır. Anne-babaları birlikte olan ergenlerin, anne-babaları birbirinden ayrı olan akranlarına göre duygusal özerkliğin idealleştirmeme ve bağımsızlık boyutlarından aldıkları puanlar pozitif yönde farklılaşmaktadır (Çoban, 2013). Ergenlerin duygusal özerkliğin bireyselleşme boyutunda ise anne-babalarıyla kurdukları ilişkinin önemini vurgulayan Çoban, duygusal özerklik gelişiminde, anne-baba bağlanma değişkeninin önemini vurgulayarak bu alanda ileride yapılacak çalışmaların gerekliliğine değinmektedir. Yektaş'ın (2013) depresyon tanılı kız

ergenlerde duygusal özerklik, ebeveyn ilişkilerini birkaç değişkenle birlikte incelediği araştırmalarında; ergenlerin duygusal özerklikleri açısından aileleriyle olan ilişkilerinde yapışıklık ve ayrışıklık durumlarını incelemiş ve sağlıklı bir bağlanma ilişkisinin olmadığı bireyselleşmeye izin vermeyen yapışık ilişki algısının duygusal özerkliği negatif yönde etkilediği ve koparak uzaklaşmaya sebep olarak duygusal özerkliğin gelişiminin bu şekilde yaşandığını bulgulamıştır. Yani Bowlby'nin (1969) de belirttiği gibi sağlıklı bağlanma geliştirememiş bireyler kendi ebeveynliklerinde kendi çocuklarıyla sağlıklı bir bağlanma düzeyi kuramamakta ve bu da çocuğun sağlıklı özerklik gelişimini olumsuz etkilemektedir. Yektaş'ın (2013) elde ettiği bulgular, bu araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Anne-babaya bağlanma değişkeni, duygusal özerkliği, idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme olmak üzere, tüm boyutlarıyla birlikte pozitif yönde yordamaktadır. Yani bağlanmanın ne derece sağlıklı şekilde gerçekleştirildiği, duygusal özerkliğin de, farklı değişkenlerin de etkisi olmakla birlikte, o derece sağlıklı gerçekleşeceğini göstermektedir.

Noom, Dekovic ve Meeus (1999) duygusal, davranışsal özerklik ve ebeveyne ve akrana bağlanma ile ilgili yaptıkları araştırmalarında, bu araştırmanın bulgularını destekler nitelikte bir sonuca ulaşmıştır. Buna göre, anne-babaya bağlanma duygusal ve davranışsal özerklikle ilişkilidir. Bu araştırmada elde edilen sonuçları destekler nitelikte bulgular sunan başka bir araştırma ise Çelik (2015) tarafından gerçekleştirilen duygusal özerkliğin, ebeveynlerden algılanan kontrol ve ergen iyi oluş düzeyi arasındaki aracı rolü inceleyen çalışmadır. Çelik (2015) ebeveynleri tarafından aşırı oranda psikolojik kontrol düzeyine maruz kalan ergenlerin duygusal özerkliklerinin olumsuz yönde etkilendiğini bulmuştur. Başka bir deyişle anne-babanın uyguladığı aşırı kontrol düzeyi ergenin kendini bağımsız hissetmesini engellemekte, bu bağımsızlık hissi ise duygusal özerkliğin sağlıklı gelişimini engellemektedir. Çelik'in (2015) sözü edilen araştırmada elde ettiği sonuçlar bu araştırmadan elde edilen duygusal özerkliğin yordanmasında, anne-babaya bağlanma örüntüsünün yordayıcı gücünü desteklemektedir ve ergen bireylerin sağlıklı bağlanma modeli ile sağlıklı bağımsızlık duygusuna sahip olmasının duygusal özerklik kazanımı açısından önemini göstermektedir. Yani bu araştırmada elde edilen sonuçlarda olduğu gibi anne-babaya bağlanma değişkeni duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutları için anlamlı düzeyde pozitif yönlü bir yordayıcıdır.

Ayrıca bu araştırmada anne-babaya bağlanma değişkeni Gaskins ve Beeghly'nin (2017) çalışmalarında belirttiği bireysel kültürel yapıya göre farklı özellikler gösteren, kolektivist kültürel yapıdaki bir örnekleme çalışılmıştır. Gaskins ve Beeghly (2017) kolektivist kültürel

yapıda yetiştirilen bebeklerin diğerlerine bağlanmalarının gerçekleşmesi sürecinde bireysel kültürel yapıya göre farklılıklar olduğunu, yetişkinin kucağına gitme, bebeğe yetişkin tarafından sarılma, öpme, gülümseme gibi davranışların daha az gerçekleştirildiği belirtmiş ve kolektivist kültürel ortamda büyüyen bebeklerin bağlanma sürecinin de farklı şekilde gelişme gösterdiğini vurgulamıştır. Bu çalışma yapılırken bu görüş de göz önünde bulundurularak çalışılmış ve bu açıdan farklı kültürel özellikler gösteren örneklerde bu konunun çalışılması duygusal özerklik kavramının ve onun yordayıcılarından birisi olan anne-babaya bağlanma kavramının daha iyi anlaşılması, bu değişkenin yordanmasında elde edilen bulgulara anlamlı düzeyde katkı sağlayacağı düşünülmekte ve bu açıdan önemli görülmektedir.

Sonuç olarak incelenen alanyazından elde edilen bulgular ve bu araştırmada sonucunda elde edilen bulguların birbirini güçlendirir nitelikte olduğu görülmektedir. Duygusal özerklik kavramının idealleştirmeme, bireyselleşme ve bağımsızlık boyutlarının tümünü yordayacağı düşünülen bağımsız değişkenlerin; öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyleri, bağımlı değişken duygusal özerkliğin tüm alt boyutlarını pozitif yönde anlamlı düzeyde yordadığı görülmektedir. Yukarıda sıralanan ve alanyazında elde edilen benzer sonuçlar bu araştırma sonucunu destekler nitelikte olmuştur.

BÖLÜM 6

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde bu araştırmada elde edilen sonuçlar özetlenmiş, bu sonuçlar doğrultusunda araştırmacılar ve uygulayıcılara yönelik önerilerde bulunulmuştur.

6.1 Sonuçlar

Bu araştırmada ilgili alanyazın ışığında ergenlerin duygusal özerklikleri ile öznel iyi oluş düzeyleri ve anne-babaya bağlanma düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiş, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma (anne-baba) düzeyinin, duygusal özerkliği (idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme) anlamlı düzeyde yordadığı yönünde hipotez kurulmuştur. Araştırmanın amacı doğrultusunda öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma (anne ve baba) düzeyi değişkenlerinin, duygusal özerklik değişkeninin idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarını ne ölçüde yordadığı test edilmiştir. Araştırmada ilk olarak ergenlerde duygusal özerkliğin alt boyutlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığı test edilmiş ve idealleştirmeme boyutu için anlamlı bir fark olduğu bulunmuştur. Ancak bağımsızlık ve bireyselleşme boyutları için cinsiyet faktörünün anlamlı bir etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda erkeklerin, kadınlara göre duygusal özerkliğin idealleştirmeme boyutunda daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür.

Araştırmanın amacı doğrultusunda, duygusal özerkliğin (idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme), öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenleri tarafından açıklanabilirliğine ilişkin hiyerarşik regresyon analiz sonuçları, duygusal özerkliğin idealleştirmeme, bireyselleşme ve bağımsızlık boyutlarının tümünün istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ve olumlu yönde açıkladığını ortaya koymuştur. Ergenlerin öznel iyi oluşları arttıkça, duygusal özerklikleri; idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşmeleri de artmaktadır.

Son olarak araştırma kapsamında anne-babaya bağlanma düzeyinin, duygusal özerkliği, idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşmeyi nasıl açıkladığı incelenmiştir. Analiz sonuçları, anne-babaya bağlanma düzeyinin, duygusal özerkliği; idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşmeyi açıklamada anlamlı olduğunu göstermiştir. Buna göre ergenlerin anneye ve babaya bağlanma düzeyi sağlıklı şekilde karşılandıkça, duygusal özerkliklerinin; idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarının kazanımına katkı sağladığı görülmüştür.

Sonuç olarak elde edilen bulgular, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyinin; duygusal özerkliği, idealleştirmeme, bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarını açıklamada anlamlı olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte cinsiyet boyutunun duygusal özerkliğinin, idealleştirmeme boyutunu açıklamada anlamlı katkı sağladığı bulunmuş, ancak bağımsızlık ve bireyselleşme boyutlarını açıklamada anlamlı bir katkı sağlamadığı bulunmuştur.

6.2 Sınırlılıklar

Bu bölümde araştırmanın sınırlılıklarına yer verilmiş ve araştırmada elde edilen bulgular çerçevesinde psikolojik danışmanlık ve rehberlik alanına yönelik kuram, araştırma ve uygulamalar açısından önerilerde bulunulmuştur. Araştırmada elde edilen bulguların aşağıda verilen birtakım sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmesi gereklidir.

Araştırma ilişkisel tarama modeline dayalı kesitsel bir çalışmadır. Bu nedenle araştırmada elde edilen bulgular neden-sonuç ilişkisi çerçevesinde değerlendirilmemektedir. Öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyinin, duygusal özerkliğe olan etkisinin incelenmesi için gelecek çalışmalarda deneysel yöntemler kullanılması önerilebilir. Ayrıca ergenlik döneminde duygusal özerkliğinin gelişimini daha iyi anlaşılması için boylamsal çalışmalar da yapılabilir.

Araştırmada örnekleminin belirlenmesinde kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada bu yöntemin kullanılmasının önemli bir sınırlılık olduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla ergenle yapılacak olan yeni çalışmalarda farklı örneklem gruplarının kullanılması, tesadüfi örneklemin seçilmesi ve daha büyük örneklemle araştırmanın tekrarlanması, duygusal özerkliğinin yordayıcı değişkenleri olarak, öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma değişkenlerinin anlaşılmasında önemlidir. Yapılacak olan çalışmalarda tesadüfi örnekleme yöntemiyle evreni temsil edecek örneklem grubuna ulaşılması, elde edilen sonuçların genellenebilirliğine önemli ölçüde katkı sağlayacaktır.

Bu araştırmada öznel iyi oluş ve anne-babaya bağlanma düzeyinin duygusal özerkliğinin alt boyutlarının en fazla %37'si ve daha azını yordadığı görülmüştür. Toplam varyansın açıklanmayan bölümü için alan yazın ışığında duygusal özerklikle ilişkili olabilecek psikolojik sağlamlık (resilience), arkadaşla bağlanma, algılanan öğretmen desteği, anne-baba tutumu, sosyal kabul gibi diğer kişisel ve sosyal değişkenlerin de araştırmaya dahil edilmesi önerilebilir.

Bu araştırmanın diğer önemli sınırlılığı ise cinsiyet dağılımıdır. Veri toplama araçlarının doldurulması sırasında cinsiyet oranları göz önünde bulundurulsa da araştırmanın

örnekleminin önemli bir kısmını erkek ergenler oluşturmaktadır. Bu durum araştırma sonuçlarının genellenebilirliği açısından düşünüldüğünde bir sınırlılık olarak nitelendirilmiştir. Dolayısıyla araştırma örnekleminde cinsiyet dağılımı göz önünde bulundurulduğunda gelecekte yapılacak çalışmalarda cinsiyet oranlarının birbirine yakın olması ilgili değişkenin daha iyi anlaşılması açısından yararlı olacaktır.

6.3 Öneriler

Bu bölümde, araştırmanın sonuçları göz önünde bulundurularak ilgili alanda ileride yapılacak araştırmalar ve uygulamalar açısından birtakım öneriler sunulacaktır. Bu araştırmanın ergenlerin, ergenlik dönemi problemleriyle başa çıkabilmeleri ve sağlıklı bir kimlik gelişimi sağlamaları için önleyici ve müdahale edici hizmetlere önemli katkılar sağladığı düşünülmektedir. Bu araştırma kapsamında elde edilen bulgular ışığında, kuram ve uygulama açısından aşağıdaki önerilerde bulunulmuştur.

İlgili alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde duygusal özerkliği yordayan değişkenlerin özellikle ulusal alanyazında sınırlı düzeyde çalışıldığı görülmektedir. Bu bağlamda mevcut araştırmanın, benzer yaş grubunda (ergenler) fakat farklı özellikler taşıyan öğrenci gruplarında (ör., anadolu lisesi, fen lisesi vb.) yapılması önerilebilir. Ayrıca karma araştırma tasarlanarak nitel yöntem yoluyla öğrencilerin görüşleri alınabilir ve nicel bulguların zenginleştirilmesi sağlanabilir. Kuramsal açıdan bu araştırmada incelenen değişkenler arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için, değişkenlerin arasında bulunan doğrudan ve dolaylı ilişkilerin araştırılıp test edilebileceği yapısal eşitlik modellemesinin kullanılması ergenlerin duygusal özerkliğinin daha iyi anlaşılmasına katkılar sağlayabilir.

Bu araştırmada duygusal özerklik kavramı kolektivist bir toplum olarak tanımlanan (Kağıtçıbaşı, 1990), Türkiye örnekleminde çalışılmıştır. Kültürel faktörlerin özerklik üzerindeki etkisi dikkate alındığında (Özdemir ve Çok, 2011), benzer çalışmaların Türkiye’de farklı coğrafi ve kültürel özellikleri barındıran örneklemlerde yapılması duygusal özerklik kavramını açıklayan faktörlerin anlaşılmasına katkı sağlayacaktır. Ayrıca, araştırma kapsamında cinsiyetin duygusal özerklik üzerindeki etkisi göz önünde bulundurulduğunda, cinsiyet değişkeninin oransal olarak daha iyi temsil edildiği örneklemlerle çalışmaların yapılması, bu değişkenin etkisinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

Araştırma kapsamında elde edilen bulgular ışığında, okul psikolojik danışmanlık hizmetlerine yönelik yapılacak uygulamalar açısından, öneriler şu şekilde sunulabilir: Okul psikolojik danışmanları ergenlerin öznel iyi oluşlarını inceleyerek duygusal özerklik düzeyleri

hakkında çıkarımda bulunabilir. Ayrıca ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerini arttırıcı psiko-eğitim programları düzenlenerek duygusal özerklik kazanımlarının gelişmesine katkıda bulunabilirler.

Okul psikolojik danışmanlık hizmetleri içerisinde düzenlenecek programlara, duygusal özerklik üzerinde etkisinin olduğu görülen anne-babaya bağlanma düzeyinin, sağlıklı şekilde gerçekleşmesini sağlayacak anne-baba psiko-eğitim programları düzenlenebilir. Bu kapsamda, fiziksel, sosyal ve psikolojik bakım açısından uzmanların katılımıyla ailelerin bu alandaki becerilerinin gelişimine katkı sağlanabilir. Okul psikolojik danışmanları ailenin dışına yönelimin başladığı bu gelişim döneminde idealleştirmeme boyutunda gelişim gösteren ergenlere örnek alabilecekleri, öğrencilere olumlu rol model olabilecek kişileri okula davet edebilir.

Rehberlik Araştırma Merkezi'nde çalışan psikolojik danışmanlar ergenlerle yaptıkları psikolojik danışma oturumlarında, ergenin özerklik kazanımıyla ilgili problemleri hakkında çalışırken, ergenin ebeveyni ile olan bağlanma öyküsüne ve öznel iyi oluş düzeyine bakarak problemi daha iyi anlayabilir ve sorunun temeline inerek ergene daha iyi yardımcı olabilirler.

Psikolojik danışmanların bireyi tanıma teknikleri uygulaması kapsamına, duygusal özerklik ölçeğini de alarak, düşük duygusal özerkliğe sahip olan ergenlerin grupla psikolojik danışma veya bireysel psikolojik danışma oturumlarına katılımları sağlanabilir. Bağımsızlaşma ve bireyselleşme boyutlarının kazanımında zararlı alışkanlıklar veya saldırgan davranışlar kazanacakları ortamlara girmelerini önlemek amacıyla grup rehberliği düzenlenebilir.

Bireysel psikolojik danışma oturumlarında ergenlerin, anne-baba ilişkilerinde karşılaştıkları sorunların çözümüne ve öznel iyi oluş düzeylerinin artmasına odaklanarak, duygusal özerkliklerine katkı sağlayarak bağımsızlaşma ve bireyselleşmelerinde riskli ortamlardan ve zararlı alışkanlıklardan uzak kalarak duygusal erişkinliğe ulaşmalarına katkı sağlanabilir. Son olarak, adliyede çalışan pedagogların, ergenlik döneminin mihenk taşı kazanımlarından biri olan duygusal özerklik düzeyleriyle ilişkili olabilecek faktörleri bilmeleri, ergenler hakkında hazırlayacakları sosyal inceleme raporlarına katkıda bulunabilir. Örneğin anne babası boşanmakta olan ergenle görüşmeler yapan pedagog, ergenin duygusal özerkliğini sağlıklı bir şekilde kazanıp kazanmadığını ve duygusal özerkliği yordayan diğer değişkenleri de inceleyebilir.

KAYNAKÇA

- Arslan, E. (2008). *Bağlanma stilleri açısından ergenlerde Erikson'un psikososyal gelişimdönemleri ve ego kimlik süreçlerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Bakioğlu, F. ve Deniz, M. (2017). Ergenlerde sır saklamanın duygusal özerklik, ahlaki olgunluk, yalnızlık, utangaçlık ve sosyal destek açısından incelenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(3), 1118-1133.
- Bartholomer, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Bartholomer, K. ve Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment. *Educational Measurement: Issues and Practice*, 25-45.
- Baytemir, K. (2016). Ergenlikte ebeveyn ve akrana bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide kişiler arası yeterliliğin aracılığı. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 41(186), 69-91.
- Bindal, G. (2018). *Ergenlerin psikolojik sağlamlığının (resilience), çocukluk çağındaki travma ve bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Gaziantep.
- Blos, P. (1967). The second individuation process of adolescence. *The Psychoanalytich Study of The Child*, 22, 162-186.
- Bobwly, J. (2012). *Bağlanma*. (T. V. Soylu, Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık. (Orijinal Yayın Tarihi, 1969)
- Brennan, K. A., Clark, C. L. ve Shaver, P. R. (1998). *Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview*. In J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*. Guilford Press, Newyork.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Veri analizi el kitabı*. Pegem Akademi: Ankara.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F., (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Pegem Akademi: Ankara.
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk Ö. ve Köklü, N. (2008). *Sosyal bilimler için istatistik*. Pegem Akademi: Ankara
- Canbay, H. (2010). *Lise Öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik danışma,psikoterapi kuram ve uygulamaları*,(T. Ergene, Çev. Ed.). Ankara: Mentis Yayıncılık.

- Çelik, E. G. (2015). *Algılanan ebeveyn kontrolü ile ergen iyi oluşu arasındaki ilişkide duygusal özerklik ve empatinin aracı rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Çevik, N. (2010). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarını yordayan bazı değişkenler*.Yayınlanmamışyüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Çimen, S. (2017). *Duygusal özerklik kazanımında benlik saygısı ve karar verme stillerinin etkilerinin belirlenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, İstanbul.
- Çoban, A. (2013). Türkiye’de ergenlerin duygusal özerkliklerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 38(169), 358-371.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Deniz, M. (2010). *Ergenlerde sır saklamanın duygusal, gelişimsel değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü,
- Deniz, M., Duyan V.ve Çok, F. (2013). Duygusal Özerklik Ölçeği’nin ergenler için uyarlanması ve psikometrik özellikleri. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 38(167), 353-363.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. ve Chan, M. Y. (2011). Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1), 1–43. doi:10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x
- Diener, E. veFujita, F. (1995). Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 926–935. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.5.926>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. veSmith H. L. (1999). Subjective well being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Ercan, H. ve Yazıcı, A. (2018). Ergenlerde duygusal özerklik ve eylemlilik. *Uluslararası Eğitim Bilimleri ve Öğrenme Teknolojileri Dergisi*, 1(2), 24-32.
- Erçevik, A. (2014). *Lise öğrencilerinin duygusal özerklik ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenler öznel iyi oluş ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(4), 975-989.
- Eryılmaz, A. (2010). Ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(33), 81-88.
- Geldard, K. ve Geldard, D. (2013). *Ergenler ve gençlerle psikolojik danışma*, (M. Pişkin, Çeviren). Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Gencer, N. (Çeviren) (2018). Öznel iyi oluş: Genel bir bakış. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(3), 2621-2638. doi: 10.17218/hititsosbil.457382
- Greenberg, J. (1987). Reactions to procedural injustice in payment distributions: Do the means justify the ends? *Journal of Applied Psychology*, 72(1), 55–61. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.72.1.55de>
- Greenberger, E. (1984). Defining psychosocial maturity in adolescence. *Advances in Child Behavioral Analysis & Therapy*, 3, 1–37.
- Güneş, E. (2018). *Zorbalık eğilimi, duygusal özerklik ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Günaydın, G., Selçuk, E., Sümer, N. ve Uysal, A. (2005). Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri Kısa Formu'nun psikometrik açıdan değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16), 13-23.
- Güney, M. A. (2017). *Ergenlerde duygusal özerklik, sosyal destek ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Hart, D. ve Chmiel, S. (1992). Influence of defense mechanisms on moral judgment development: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, 28(4), 722–730. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.28.4.722>
- Hart, D., Fegley, S. ve Brengelman, D. (1993). Perceptions of past, present and future selves among children and adolescents. *Developmental Psychology*, 11(3), 265-282. <https://doi.org/10.1111/j.2044-835X.1993.tb00602.x>
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hogg, M. A. ve Vaughan, G. M. (2014). *Sosyal psikoloji*. (A. Gelmez ve İ. Soylu, Çeviren). İstanbul: Ütopya Yayınevi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1990). Family and socialization in cross-cultural perspective: A model of change. In J. Berman (Eds.), *Cross-cultural perspective: Nebraska symposium on motivation* (pp. 135-200). Lincoln, NE: Nebraska University Press.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). *Benlik, aile ve insan gelişimi kültürel psikoloji*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kandaz, H. (2018). *Depresyon, benlik saygısı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Kandel, D. B. ve Lesser, G. S. (1972). Marital decision-making in american and danish urban families: A research note. *Journal of Marriage and Family*, 34(1), 134-138.

- Kaya, M. ve Savrun, B. M. (2015). Ortaöğretime geçiş sistemi ortak sınavlarına girecek ortaokul 8. Sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile sınav kaygı düzeyleri arasındaki ilişki. *Yeni Sempozyum Dergisi*, 53(3), 32-42. Doi: 10.5455/NYS.20151215070858
- Lamborn, S. D. ve Steinberg, L. (1993). Emotional autonomy redux: Revisiting ryan and lynch. *Child Development*, 64, 483-499.
- Morsünbül, Ü. (2011). *Ergenlikte özerkliğin ve kimlik biçimlenmesinin öznel iyi oluş üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Morsünbül, Ü. (2012). Özerklik ve ruh sağlığına etkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4 (2), 260-278.
- Noom, M. J., Dekovic, M. ve Meeus, W. (1999). Autonomy, attachment and pschosocial adjustment during adolescence: A double-edged sword. *Journal of Adolescence*, 22, 771–783.
- Noom, M. J., Dekovic, M. ve Meeus, W. (2001). Conceptual analysis and measurement of adolescent autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(5), 577–595.
- Onur, B. (2000). *Gelişim psikolojisi*, İstanbul: İmge Kitabevi.
- Özdemir, Y. ve Çok, F. (2011). Ergenlikte özerklik gelişimi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 152-164.
- Özen, Y. (2010). Kişisel sorumluluk bağlamında öznel ve psikolojik iyi oluş (sosyal psikolojik bir değerlendirme). *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 2(4) 46-58.
- Özer, G. (2009). *Öz-belirleme kuramı çerçevesinde ihtiyaç doyumu, içsel güdülenme ve bağlanma stillerinin üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluşlarına etkileri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Poyraz, G. (2019). *Ergenlerde iyi oluşun duygusal özerklik açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi, Mersin.
- Ryan, R. M. ve Lynch J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60(2), 340-356.
- Solak, Ş. N. (2019). *Lise öğrencilerinde öznel iyi oluş ve öz şefkat arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69-74.
- Steinberg, L., Lamborn, S. D., Dornbusch, S. M. ve Darling, N. (1992). Impact of parenting achievement: Authoritative parenting, school involvement, and encouragement to succeed. *Child Development*, 63, 1266-1281.
- Steinberg L. ve Silverberg, S. B. (1986). The vicissitudes of autonomy in early adolescence. *Child Development*, 57(4), 841-851.

- Sümer, N. ve Şendağ, M. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(64), 86-101.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics (6th ed.), Boston: Allyn and Bacon.
- Toepfer, S. M. (2001). *A multi-method analysis of family systems: Emotional autonomy in young adulthood as related to oral dependency, family intrusiveness, and perceived social support*. Yayınlanmamış doktora tezi, The Ohio State University, Ohio.
<https://etd.ohiolink.edu/>
- Tung, S. ve Dhillon, R. (2006). Emotional autonomy in relation to family environment: A gender perspective. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 32(3), 201-212.
- Tutar, H., Altınöz, M. ve Çakıroğlu, D. (2009). İşgörenlerin kendilik algılarının bireysel özellikler bakımından değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 489-496.
- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tuzgöl Dost, M. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki öğrencilerin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 35(158), 76-89.
- Türkdoğan, T. ve Duru, E. (2012). The role of basic needs fulfillment in prediction of subjective well-being among university students educational sciences. *Theory & Practice*, 12(4), 2440-2446.
- Yazıcı, A. (2019). *Ergenlerde duygusal özerklik, eylemlilik ve arkadaşla bağlanma arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas.
- Yılmaz, K. (2018). *Anne-baba tutumlarının ergenlerde benlik saygısına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

EKLER

EK 1. Kişisel Bilgi Formu

A) Kişisel Bilgi Formu:	
1.	Cinsiyetiniz: <input type="checkbox"/> Kadın <input type="checkbox"/> Erkek
2.	Yaşınız:
3.	Sınıfınız:
4.	Anne ve babanız birlikte mi? : <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır



EK 2. Duygusal Özerklik Ölçeği

B) Duygusal Özerklik Ölçeği: Her ifade için yalnızca bir kutucuğu işaretleyiniz. Ölçekteki ifadeler sizin durumunuza tam uymuyor ise lütfen soruyu <u>BOS BIRAKMAYINIZ</u> ve en yakın seçeneği işaretleyiniz		Bana Hiç Uygun Değil	Bana Uygun Değil	Bana Uygun	Bana Tamamen Uygun
1.	Anababam ve ben her konuda anlaşırız.	①	②	③	④
5.	Yanlış bir şey yaptığımda, ailemin benim için her şeyi yoluna koyacağına güvenirim.	①	②	③	④
10.	Anababam onlarla beraber değilken, neler yaptığımı bilseler şaşırırlardı.	①	②	③	④
11.	Anne ya da baba olduğumda çocuklarıma aynen kendi anne-babamın bana davrandığı gibi davranacağım.	①	②	③	④
14.	Anababamın benim gerçekten kim olduğumu anlamalarını isterdim.	①	②	③	④

EK 3. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği

C) Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği: Aşağıda yer alan ifadelerin karşısında bulunan seçeneklerden size uygun olanını işaretlemeniz gerekmektedir. Her ifadeyi bir kez değerlendirmelisiniz. Değerlendirmelerinizde hiç boş bırakmayınız.		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1.	Ailem beni sever	①	②	③	④
6.	İnsanlara karşı hoşgörülüyüm	①	②	③	④
10.	Hayatı doya doya yaşarım	①	②	③	④
13.	Sevdiklerimle yan yanayım	①	②	③	④
15.	Dostlarımla beraberim	①	②	③	④

EK 4. Ebeveyn ve Akarana Bağlanma Envanteri

D) Ebeveyn ve Arkadaşlara Bağlanma Envanteri- Kısa Formu		Asla	2	3	4	5	6	Daima
3.	Annem beni olduğum gibi kabul eder.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7.	Kim olduğumu daha iyi anlamamda annem bana yol gösterir.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
14.	Babam başka biri olsun isterdim.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
18.	Kim olduğumu daha iyi anlamamda babam bana yol gösterir.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
22.	Kızgın olduğumda babam anlayışlı olmaya çalışır.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

T.C.
HASAN KALYONCU ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
ETİK KURUL KARARI

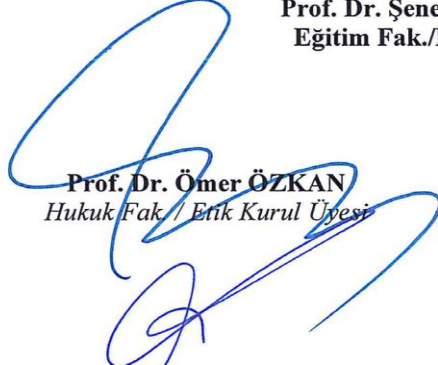
Tarih:19.04.2019

No: 2019/40

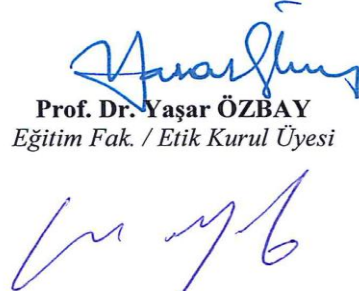
Çalışmanın Türü:	Yüksek Lisans Tezi
Konu:	Anket Uygulama
Başlık:	“Ergenlerin Duygusal Özelliklerini Yordamada Öznel İyi Oluş, Ebeveyne Bağlanma ve Benlik Saygısının Rolü”
Yürütücü / Danışman:	Dr. Öğr. Üyesi Gökçen AYDIN
Yazar:	Emre KARAKUŞ
Karar:	Olumlu



Prof. Dr. Şener BÜYÜKÖZTÜRK
Eğitim Fak./Etik Kurul Başkanı



Prof. Dr. Ömer ÖZKAN
Hukuk Fak. / Etik Kurul Üyesi

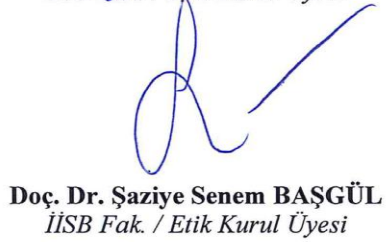


Prof. Dr. Yaşar ÖZBAY
Eğitim Fak. / Etik Kurul Üyesi

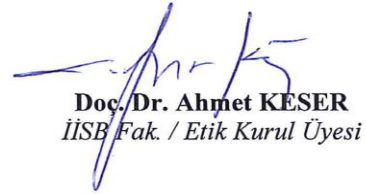
Prof. Dr. Osman Tolga ARICAK
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi



Prof. Dr. Mazlum ÇELİK
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi



Doç. Dr. Şaziye Senem BAŞGÜL
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi



Doç. Dr. Ahmet KESER
İİSB Fak. / Etik Kurul Üyesi