



**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA STİLLERİ, ÖZ DUYARLILIK**  
**VE SOSYOTROPİK-OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Ezgi UÇKUN**

**Lefkoşa**  
**Haziran, 2023**

**EZGİ UÇKUN**

**SOSYOTROPİK-  
OTONOMİK KİŞİLİK**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**2023**

**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA STİLLERİ, ÖZ DUYARLILIK**  
**VE SOSYOTROPİK-OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN**  
**İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**




**Ezgi UÇKUN**

**Tez DanıŐmanı**  
**Dr. Ayşe BURAN**

**Lefkoşa**  
**Haziran, 2023**

Onay

Ezgi Uçkun tarafından hazırlanan “**YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA STİLLERİ, ÖZ DUYARLILIK VE SOSYOTROPİK-OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ**” başlıklı tez, kapsam ve nitelik açısından kalite standartlarına uygunluğu ile ilgili Klinik Psikoloji Anabilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak 19.06.2023 tarihinde kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri	Adı – Soyadı	İmza
Jüri Başkanı:	Yrd. Doç. Dr .Şebnem Güldal	
Jüri Üyesi:	Dr. Bingül Subaşı	
Danışman:	Dr. Ayşe Buran	

Anabilim/ Ana sanat Dalı Başkanı Onayı

 .../.../2023  
Doç. Dr. Meryem Karaaziz

Ünvan, Ad-Soyad

Anabilim/Anasanat Dalı Başkanı

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Onayı

 .../.../ 2023  
Prof. Dr. Kemal Hüsnü Can Başer

Enstitü Müdürü

## **Etik İlkelerine Uygunluk Beyanı**

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

**Ezgi Uçkun**

**19.06.2023**

## **Teşekkür**

Hayatımın her anında sevgilerini ve desteklerini hep hissettiren, her koşulda yanımda olan babam Deniz Uçkun, annem Neslihan Uçkun, kardeşlerim Gizem, Yaren, Berrak Uçkun ve Alper Baladın'a, teşekkür ederim.

Bu süreçte motive olabilmem için yanımda olan arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Tez sürecimin her aşamasında ilgisi ve desteğiyle bana yol gösteren danışmanım Dr. Ayşe Buran'a teşekkürlerimi sunarım.

## Özet

### Yetişkinlerde Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık ve Sosyotropik – Otonomik Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi

Uckun, Ezgi

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

06.2023, 88 sayfa

Bu araştırmanın amacı yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesidir. Araştırma ilişkisel tarama modeli ile yürütülmüş ve örneklem kolayda/uygun örnekleme yöntemiyle seçilmiştir. Araştırmanın örneklemi, T.C. ve KKTC’de yaşayan 18 yaş üstü 199’u kadın 186’sı erkek olmak üzere toplam 385 yetişkin bireylerden oluşmaktadır.

Araştırma verilerinin toplanmasında Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi-Otonomi Ölçeği, kullanılmıştır. Ayrıca yetişkinlerin sosyodemografik özellikleri hakkında bilgi almak için araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Bu araştırmanın verileri Kolmogorov-Smirnov, bağımsız t- test, Anova, Kruskal-Wallis H, Tukey testi, Pearson testi ve çok değişkenli regresyon analiziyle elde edilmiştir.

Araştırmanın bulguları ele alındığında; bağlanma stilleri ve öz duyarlılık düzeylerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaştığını, sosyotropik ve otonomik kişilik özelliklerde farklılaşma olmadığı, bağlanma stilleri ile sosyotropi-otonomi arasında pozitif ve negatif korelasyon olduğu, bağlanma stilleri ile öz duyarlılık arasında negatif ve pozitif korelasyon olduğu, öz duyarlılık ile sosyotropi-otonomi arasında pozitif ve negatif korelasyon olduğu bulunmuştur.

Yetişkinlerin sosyotropik - otonomik kişilik özelliklerinin aracı rolü değerlendirildiğinde; güvenli bağlanma stili ve kaygılı-kararsız bağlanma stili puanlarının sosyotropi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yordadığı, öz sevecenlik puanlarının sosyotropi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yordadığı, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon ve aşırı özdeşleşme puanlarının otonomi puanlarını anlamlı ve negatif yordadığı, bilinçlilik puanlarının otonomi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yordadığı bulunmuştur.

Bu sonuçların literatürü genişletmesi ve kısıtlılıkları gidermesi hedeflenmektedir. Bağlanma stillerinin kişinin kişilik özelliklerini ve öz duyarlılık düzeyini etkilemesi göz önüne alındığında, ebeveynlere bu konu hakkında psikoeğitim verilebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bağlanma, Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık, Kişilik, Sosyotropi, Otonomi

## **Abstract**

### **Investigation of Attachment Styles, Self-Sensitivity and Sociotropic-Autonomic Personality Traits in Adults.**

**Uckun, Ezgi**

**MSc, Department of Clinical Psychology**

**06.2023, 88 pages**

The aim of this study is to examine attachment styles, self-sensitivity and sociotropic-autonomic personality traits in adults. The research was carried out with the relational screening model and the sample was selected by the convenience/convenient sampling method. The sample of the research is T.C. and a total of 385 adults, 199 women and 186 men, over the age of 18 living in the TRNC.

Three Dimensional Attachment Styles Scale, Self-Compassion Scale, Sociotropy-Autonomy Scale were used to collect research data. In addition, a personal information form created by the researcher was used to obtain information about the sociodemographic characteristics of adults. The data of this study were obtained by Kolmogorov-Smirnov, independent t-test, Anova, Kruskal-Wallis H, Tukey test, Pearson test and multivariate regression analysis.

Considering the findings of the research; Attachment styles and self-sensitivity levels differ according to sociodemographic variables, there is no differentiation in sociotropic and autonomic personality traits, there is a positive and negative correlation between attachment styles and sociotropy-autonomy, there is a negative and positive correlation between attachment styles and self-compassion, and there is a negative and positive correlation between self-compassion and sociotropy-autonomy. It was found that there is a positive and negative correlation between

When the mediating role of sociotropic - autonomic personality traits of adults is evaluated; secure attachment style and anxious-ambivalent attachment style scores predicted sociotropy scores statistically significantly and positively, self-compassion scores predicted sociotropy scores statistically significant and negatively, awareness of sharing, isolation and over-identification scores predicted autonomy scores significantly and negatively, self-consciousness scores predicted autonomy scores significantly and negatively. It was found that it predicted statistically significant and negative scores.



These results are aimed to expand the literature and remove the limitations. Considering that attachment styles affect personality traits and self-sensitivity levels, parents can be given psychoeducation on this subject.

**Keywords:** Attachment, Attachment Styles, Self-Compassion, Personality, Sociotropy, Autonomy

## İçindekiler Tablosu

Onay .....	i
Özet .....	iv
<b>BÖLÜM 1</b> .....	<b>1</b>
Giriş .....	1
Problem Durumu.....	2
Araştırmanın Amacı.....	3
Araştırmanın Alt Amaçları .....	3
Araştırmanın Önemi .....	4
Sınırlılıklar.....	5
Tanımlar.....	5
Bağlanma.....	5
Bağlanma Stilleri .....	5
Sosyotropi .....	5
Otonomi .....	6
<b>BÖLÜM II</b> .....	<b>7</b>
Kavramsal ve Kuramsal Temeller ile İlgili Araştırmalar .....	7
Bağlanma ve Bağlanma Kuramı.....	7
Bağlanma Stilleri .....	8
Güvenli Bağlanma Stili.....	8
Kaygılı/ Kararsız Bağlanma Stili.....	8
Kaçınan Bağlanma Stili .....	9
Bebeklikte Bağlanma.....	9
Yetişkinlikte Bağlanma.....	10
Güvenli Bağlanma Stili.....	10
Saplantılı Bağlanma Stili .....	11
Kayıtsız/ Kaçınmacı Bağlanma Stili .....	11
Korkulu Bağlanma Stili.....	11
Kişilik .....	11
Kişiliği Etkileyen Faktörler .....	13
Biyolojik ve Kalıtsal Faktörler .....	13
Sosyal ve Kültürel Faktörler .....	13
Aile Faktörü .....	13
Kişilik Kuramları .....	14

Psikanalitik Yaklaşım.....	14
Davranışsal Öğrenme Yaklaşımı.....	14
Bilişsel Yaklaşım.....	15
Kişiliğin Sosyotropi ve Otonomi Boyutu .....	15
Sosyotropik Kişilik Özellikleri .....	16
Otonomik Kişilik Özellikleri.....	17
Öz Duyarlılık .....	17
Öz Duyarlılığın Bileşenleri.....	18
Öz Sevecenliğe Karşı Öz Yargılama .....	18
Paylaşımların Bilincinde Olmaya Karşı İzolasyon .....	19
Farkındalığa Karşı Aşırı Özdeşleşme .....	19
Öz Duyarlılığı Etkileyen Faktörler.....	19
Aile Faktörü .....	19
Cinsiyet Faktörü.....	20
Yaş Faktörü .....	20
Öz Duyarlılık ile İlgili Kuramlar.....	20
Bilişsel Davranışçı Kuram .....	20
Hümanistik Kuram .....	21
İlişkisel Kuram.....	21
İlgili Araştırmalar .....	21
<b>BÖLÜM III .....</b>	<b>24</b>
<b>Yöntem .....</b>	<b>24</b>
Araştırmanın Modeli .....	24
Evren ve Örneklem .....	24
Veri Toplama Araçları .....	26
<i>Kişisel Bilgi Formu</i> .....	26
<i>Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği</i> .....	26
<i>Öz Duyarlılık Ölçeği</i> .....	26
<i>Sosyotropi- Otonomi Ölçeği</i> .....	27
Verilerin İstatistiksel Analizi ve Yorumlanması .....	27
Çalışma Planı .....	29
<b>BÖLÜM IV .....</b>	<b>30</b>
<b>Bulgular ve Yorumlar .....</b>	<b>30</b>
<b>BÖLÜM V .....</b>	<b>45</b>

Tartışma.....	45
BÖLÜM VI .....	50
Sonuç ve Öneriler .....	50
Sonuçlar .....	50
Öneriler .....	52
Kaynakça.....	53
Ekler .....	65
Ek- 1 Katılımcı Bilgilendirme Formu .....	65
Ek- 2 Aydınlatılmış Onam Formu .....	66
Ek-3 Kişisel Bilgi Formu.....	67
Ek-4 Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği .....	68
Ek-5 Öz Duyarlılık Ölçeği.....	69
Ek-6 Sosyotropi-Otonomi Ölçeği .....	70
Ek- 7 Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçek İzni.....	71
EK-8 Öz Duyarlılık Ölçeği Ölçek İzni .....	72
Ek- 9 Sosyotropi - Otonomi Ölçeği İzin .....	73
Ek- 10 İntihal Raporu .....	74
EK- 11 Etik Kurul Başvuru Formu.....	75
.....	75
Özgeçmiş .....	76

**Tablolar Listesi**

Tablo 1 Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri _____	25
Tablo 2 Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanlarının Normallik Testleri _____	28
Tablo 3 Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları _____	30
Tablo 4 Katılımcıların Yaşa Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları _____	31
Tablo 5 Katılımcıların Cinsiyete Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları _____	33
Tablo 6 Katılımcıların Medeni Duruma Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları _____	35
Tablo 7 Katılımcıların Yaşanılan Yere Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları _____	37
Tablo 8 Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları _____	39
Tablo 9 Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği ile Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları Arasındaki korelasyonlar _____	41
Tablo 10 Katılımcıların Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Sosyotropi Puanlarını Yordama Durumu _____	43
Tablo 11 Katılımcıların Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Otonomi Puanlarını Yordama Durumu _____	44

## Kısaltmalar

Akt: Aktaran

KKTC: Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti

SPSS: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paketi

TC: Türkiye Cumhuriyeti

## BÖLÜM 1

### Giriş

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın problemine, araştırmanın amacına, araştırmanın önemine, araştırmanın sınırlılıklarına ve araştırma ile ilgili tanımlara yer verilmiştir.

Bu tez çalışması yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik ve otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Bağlanma kişinin kendisi için önemli olan kişi ya da kişilere karşı duyduğu kuvvetli duygusal bağlıdır (Morsünbül, 2011). Bireyin başkalarına güven duyma, onlara bağımlılık hissetme ve onlarla iletişim kurma biçimlerine etki etmektedir (Roberts & Waltson & Viechtbauer, 2021). Bağlanma, çocuğun bağlandığı kişiyle yakınlık kurarak kendini güvende hissetmesine ve bağımsızlık kazanmasına yardımcı olan bir süreçtir. Bu süreç, çeşitli fiziksel ve psikolojik tehditlerin üstesinden gelinmesinde önemli bir rol oynar ve bağlandığı kişinin sağladığı güven duygusundan faydalanır (Yıldızhan, 2017).

Yaşamın erken dönemlerinde kurulan ilişki, kişinin kişilik gelişiminde önemli bir faktör olup tüm yaşamı boyunca belirleyici etkiye sahip olmaktadır (Bretherton, 1992; Tüzün & Sayar, 2006). Bu ilişkinin daha derinlemesine incelenmesi, çocuk ve yetişkinlerde görülen psikopatolojik tablolarla bağlantısının kurulmasındaki temel aşama ise Bowlby'nin 'Bağlanma Kuramı'nı ortaya koymasıdır (Sayar & Tüzün, 2006).

Bağlanma kuramına göre kişilerin hayatlarında önemli yere sahip olan diğer kişilere bağlanma eğilimi gösterirler ve Bowlby için bağlanmanın temel işlevi, yakınlık, sıcak, yakınlık ve güvenliktir (Bowlby, 2012).

Bağlanma stilleri ise, anne veya birincil bakım veren kişi ile yenidoğanın güvenli ya da güvenli olmayan şekilde bir kere kurulmuş olan ve yenidoğanın hayatı boyunca devam eden şekillerine verilen isimdir (Sabuncuoğlu & Berkem, 2006).

Güvenli bağlanma stili geliştiren çocuklar kendilerine güvenen, özgüveni yüksek ve bağımsız birey olurken, güvensiz bağlanma stili geliştiren çocuklar ise kendilerine değer verme, başkalarına güvenme ve bağımsızlık konularında sorun yaşayan bireyler haline dönüşürler. Bu bağlamda bakıldığı zaman bağlanma stillerinin kişiliğin gelişme sürecinde etkin bir rol aldığını söylenebilmektedir.

Kişiyi diğerlerinden farklılaştıran, kişiye has, tutarlı ve yapılaşmış niteliklerin tamamına kişilik denir (Yazgan & Yerlikaya, 2012). Bilişsel kuramcılardan Beck, sosyotropi ve otonomi adında iki boyutlu kişilik çeşidinden bahsetmektedir.

Sosyotropi diğer kişiler ile ilişkiler kurma, beğenilerini kazanma ve onların ihtiyaçlarını karşılama eğilimini ifade eder ve psikopatolojik semptomlarla ilişkilendirilmiştir (Kwapil vd., 2018).

Otonomi, kişinin bağımsız davranma, kendi kararlarını alma ve bireysel ihtiyaçlarına önem verme eğilimini ifade etmektedir (Deci & Ryan, 2018)

Sosyotropik özellikleri yüksek olan kişiler şefkat ve onay görebilmek için ilgiyle hareket ederler. Otonomik özellikleri yüksek olan kişiler ise bağımsızlığını koruma altına almaya ve arttırmaya yönelik yatırım yaparlar (Bent, 2014). Bir başka ifadeye göre, yüksek otonomik kişilik özelliğine sahip kişilerin başarı ve kontrol istekleri yüksektir ve bu alanlarda hedefledikleri standartları elde edemediklerinde benliğin eleştirilmesi, değersizlik ve suçluluk belirtileri göstermeye meyillidirler (Beck vd., 1983; Robins vd., 1989; Blatt & Zuroff, 1992).

Öz duyarlılık kişinin duygusal durumlarını fark etme, anlama ve kabul etme yeteneği olarak açıklanmaktadır (Neff, 2016). Öz duyarlılık, kişilerin daha pozitif bir benlik algısı geliştirmelerine yardımcı olmaktadır (Sirois, 2019).

Öz duyarlılık, kişinin üzüntü ve başarısızlık karşısında kendini yargılamadan anlayışla karşılayabilmesi, hayatta olumsuz durumlarla karşılaşılabilceğini ve bunun yaşantının bir parçası olarak düşünmesi, olumsuz duygulara odaklanmadan çözüm araması olarak tanımlanmaktadır (Neff, 2003a; 2003b). Diğer bir söylem ile olumlu duyguları hissedebilmek için olumsuz duyguların kabul etmek gereklidir (Germer & Neff, 2013).

Öz duyarlılık üç ana bileşeni içinde barındırır. Birbirleriyle etkileşim halinde olan, kendi içlerinde olumlu ve olumsuz bir boyut taşıyan bu üç bileşen öz duyarlılık kavramını oluşturmaktadır.

### **Problem Durumu**

Bağlanma stilleri, bireyin ilk çocukluk döneminde sevgi ve bakım ihtiyaçlarını karşılayan kişi ile kurmuş olduğu ilişkinin kalitesi, bireyin ilerleyen yaşamında düşünceleri, duyguları, davranışları ve kuracağı ilişkileri üzerinde belirleyici bir rol oynar (Küçük, 2020). Bu sebeple, bireyin bağlanma stili hayatın ilerleyen dönemlerinde etkisini sürdürür. Bağlanma kişiliğinin gelişmesinde de önemli



bir rol oynamaktadır. Birçok araştırma, bağlanmanın kişilik özelliklerini etkileyen önemli bir faktör olduğuna vurgu yapmaktadır (Fraley, 2019).

Kişiliğin şekillenmeye başladığı erken çocukluk döneminde ailelerin çocuklarına karşı tutumları önem arz etmektedir (Özcan, 2010). Beck kişiliği sosyotropi ve otonomi olarak iki ayrı boyutta incelemiştir. Bu iki kişilik boyutunu kişinin depresyona yatkın olmasıyla alakalı olduğunu belirtmiştir.

Çeviricinin aktardığına göre Beck çalışmalarında depresif durumların ve bilişsel önyargıların sürdürülmesinin önemine değinmektedir. Bilişsel önyargılar; öz eleştiri, çarpıtılmış benlik algısı, uygun olmayan kendini yargılama, olumsuz olaylara vurgu yapma ve olumsuz beklentiler gibi unsurlara vurgu yapmayı içerir (Çevirici, 2014). Dolayısıyla kişilik, bireyin öz şefkat düzeyini de etkilemektedir. Yapılan çalışmalar, kişilik özelliklerinin öz şefkat düzeyi ile ilişkili olduğunu göstermektedir (Neff & McGehee, 2010). Öz duyarlılık düzeyi yüksek olan birey zayıf yönlerini, hatalarını farkında olsa da kendisine olumsuz bir açıdan yaklaşmak yerine, anlayış ve şefkatle yaklaşır (Deniz vd., 2012). Öz duyarlılığı yüksek bireyler, daha az kaygılı, daha fazla özgüvenli ve daha iyi sosyal becerilere sahip olma eğilimindedirler (Neff, 2016). Öz duyarlılığı düşük olan bireyler ise daha yüksek bir depresyon, kaygı ve stres riski taşırlar (Marshall vd., 2015). Dolayısıyla bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve kişilik birbirleriyle etkileşim halindedirler. Kişilik ve öz duyarlılık düzeyi arasındaki ilişkiye yönelik çalışmalar mevcut olsa da öz duyarlılık düzeyi ve sosyotropi- otonomi ile literatürde çalışmaya rastlanılamamıştır.

Bu çalışmada literatürde daha önce üzerinde çalışma yapılmadığı görülen yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesi hedeflenmiştir.

Bu araştırmanın problem sorusu yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik – otonomik kişilik özellikleri arasında ilişki var mıdır? şeklindedir.

### **Araştırmanın Amacı**

Çalışmanın amacı, bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinin aracı rolünün araştırılmasıdır.

### ***Araştırmanın Alt Amaçları***

1. Yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik - otonomik kişilik özellikleri sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşmakta mıdır?

2. Yetişkinlerde bağlanma stilleri ve öz duyarlılık düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
3. Yetişkinlerde bağlanma stilleri ve sosyotropik- otonomik kişilik özellikleri arasında ilişki var mıdır?
4. Yetişkinlerde öz duyarlılık ve sosyotropik- otonomik kişilik özellikleri arasında ilişki var mıdır?
5. Yetişkin bağlanma stilleri ve öz duyarlılık düzeyi sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerini yordamakta mıdır?

### **Araştırmanın Önemi**

Birey ilk olarak kişiliğini ailesi ile şekillendirir dolayısıyla yaşama geldiğinde ilk bağlandığı kişi ya da kişiler kişinin karakterinin oluşmasında büyük öneme sahiptir. Bağlanma kuramına göre kişilerin yaşama geldiklerinde ilk bakım veren kişi ya da kişiler ile olan ilişkileri, karakterize olan kişilerarası stillerine yansiyacaktır (Shorey vd.,2006). Güvenli bağlanma stili geliştiren bireyler özgüven, empati, sosyal beceriler ve duygusal denge gibi olumlu kişilik özelliklerini daha fazla sergilerler. Güvensiz bağlanma geliştiren bireyler ise, ileriki yaşamlarında kaygı, düşük özgüven, aşırı bağımlılık ve diğer olumsuz etkileri yaşama olasılıkları daha yüksektir. Literatür incelendiğinde bağlanma stillerinin kişilik oluşumuna etkisini inceleyen birçok araştırmaya rastlanılmıştır ve bağlanma stillerinin kişilik bozuklarına sebep olabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Demir, 2019). Bireyin bağlanma stillerinin, kişiliği oluşturmasının yanı sıra öz duyarlılık düzeyini de etkilediği düşünülmektedir. Birçok araştırma bağlanma stillinin, kişilerin öz duyarlılık düzeylerini arttırdığını göstermektedir (Wei vd., 2016).

Alan yazınında öz duyarlılık ile ilgili kısıtlı sayıda çalışma vardır ve yapılan çalışmalar çoğunlukla üniversite öğrencilerinin öz duyarlılık düzeyleri ile ilgilidir (Küçük, 2020). Bu çalışmanın farklı yaş gruplarından katılımcılarla yapılması araştırmanın önemini arttırmaktadır.

Kişiliği, sosyotropi ve otonomi boyutlarıyla ölçerek bağlanma stilleri ve bir diğer değişken olan öz duyarlılık değişkeninin etkileşimlerinin sonuçları saptanmaya çalışılacaktır.

Literatür incelendiği zaman bağlanma stili ile öz duyarlılık ilişkisini, bağlanma stili ve sosyotropi- otonomi kişilik özelliklerini inceleyen sınırlı sayıda araştırma olması nedeniyle bu araştırma önem arz etmektedir.

Bağlanma stili ile çeşitli kişilik bozuklukları ve boyutları arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışma mevcut olsa da sosyotropik- otonomik kişilik özellikleri ile ilgili kısıtlı sayıda çalışma yapılmıştır (Demir, 2019).

Alan yazınında öz duyarlılık ile sosyotropi ve otonomi arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmaya rastlanmaması nedeniyle bu araştırma ayrıca önem arz etmektedir.

Bu çalışmada bağlanma stilleri ile öz duyarlılık ve sosyotropi- otonomi değişkenlerinin ikili ilişkileri de araştırılacak olduğundan çalışma önem kazanmaktadır.

Alan yazınından tüm bu değişkenlerin bir arada değerlendirildiği bir araştırma mevcut değildir dolayısıyla bu çalışmanın alan yazınındaki boşlukları dolduracağı ve ilerideki araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

### ***Sınırlılıklar***

1. Bu araştırma kolayda/uygun örnekleme metodu ile ulaşılan katılımcı sayısı ile sınırlıdır.
2. Araştırma 385 katılımcıdan toplanmış veriler ile sınırlıdır.
3. Araştırma kullanılan Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık, Sosyotropi- Otonomi Ölçeği ile sınırlıdır.
4. Araştırma öz bildirim ölçekleri kullanılması ile sınırlıdır.

### ***Tanımlar***

***Bağlanma*** Kişinin erken dönemde ebeveynleri veya bakım verenleriyle kurduğu duygusal bağıdır (Fraley,2019).

***Bağlanma Stilleri*** Yenidoğan bebeğin annesi ya da birincil bakıcı figürü ile arasında ilişki kurulmasıyla oluşan ilk bağlanma şekli olarak tanımlanabilir (Noftle & Shaver, 2006).

***Kişilik*** Bireyi diğer kişilerden ayıran doğumla gelen ayrıca zaman içinde elde edinilen, tutarlı olarak gösterilen özelliklerdir (Taymur & Türkçapar, 2012).

***Sosyotropi*** kişinin diğer kişiler ile olumlu etkileşim gösterebilmesi olarak nitelendirilmektedir (Kaya vd., 2006).

**Otonomi** Otonomi kişilik özelliği, bireyin özerklik, bireysel haklarını koruyabilme ve arttırabilme özelliği olarak tanımlanır (Akgün, 2017).

**Öz Şefkat** Karşılaşılan acı, başarısızlık gibi olumsuz durumlarda anlayış ve kabul gösterme, acıyı yaşamın bir parçası olarak görebilme (Neff, 2003a).

## BÖLÜM II

### Kavramsal ve Kuramsal Temeller İle İlgili Araştırmalar

#### Bağlanma ve Bağlanma Kuramı

John Bowlby, bağlanma teorisini tanımlayan ilk psikologdur. Bu kuram, insanların kendileri için önemli olan diğer insanlar ile neden kuvvetli duygusal ilişkiler oluşturma eğiliminde olduklarını ve çocuk ile birincil bakıcı arasında meydana gelen bağın, çocuğun psikolojik ve gelişimi ve güvenlik duygusu üzerindeki önemini açıklayan bir kuramdır (Bozkurt, 2014). Bağlanma, Bowlby'nin 1944 yılında Londra Çocuk Rehber Kliniğinde uyumsuz çocuklar ile yapmış olduğu çalışmalar sonrasında ortaya çıkan bir kavramdır (Erzen, 2016).

Bowlby 'e göre bebeklerin dünyaya geldikleri ilk andan itibaren yaşama tutunabilmeleri için bakım veren kişiyle olan bağlılığı çok önemlidir. Bowlby (2012), yapmış olduğu çalışmalarla bağlanma kuramının esas görüşlerini değiştirmiş, bebeğin birincil bakımını üstlenen kişiye olan bağlanmasının önemini üstünde durmuş ve ihtiyaç, ayrılık ve yaşanan kayıp durumlarında meydana gelebilecek olumsuz durumları ve problemleri meydana çıkarmıştır.

Ainsworth 1989 yılında ise, Bowlby'nin bağlanma teorisinde ileri sürdüğü görüşlerini deneysel olarak test edilmesine olanak sağlayan metottu geliştirmiş, yenidoğanın çevresini keşfederken birincil bakımını veren kişiyi "güven üssü" olarak gördüğü şeklindeki açıklamalarıyla katkı sağlamıştır (Bretherton, 1992).

Bağlanma insanların doğumunda sonra başlayan ve tüm yaşamları boyunca bireyi etkileyen duygusal bir bağdır (Bowlby, 2012). Yaşama geldikten sonra anne ile kurulan ilk temas bağlanmanın başlangıcı olarak kabul edilmektedir (Allen, 2000). Bowlby (2012), kişinin yaşamının ilk dönemlerinde birincil bakımını veren kişiyle olan yaşamının, kişilik ve kişilerarası ilişkilere yaklaşım tarzı üzerinde hayat boyunca süren kalıcı bir etkisi olduğunu ifade etmiştir. Ebeveynleri ile sevgi dolu ve güvenli ilişkiler kuran çocuklar, bağlanma teorisine göre bilinçaltılarında yetişkinlik dönemlerinde güvenli ilişkiler kurmalarına örnek olan kalıplar geliştirmektedirler (Burger, 2021). Kişilerin çocukluk dönemlerinde kendilerine birincil bakım veren kişiyle kurdukları ilişki ve bağlanma biçimleri kişinin yaşam boyu sürdüreceği bağlanma stillerini oluşturmaktadır.

## **Bağlanma Stilleri**

Bowlby ve Ainsworth bağlanma kuramının ortaya çıkmasında önemli bir rol almaktadırlar. Bu kuramda psikologlar, özellikle anne ve çocuk arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Bowlby buna bağlanma stilleri adını vermiştir çünkü bakım veren kişilerin bize karşı destekleyen ve koruyan tutumları bağlılık oluşturma ihtiyacımızı karşılamaktadır. Bowlby temel olarak birincil bakımını veren kişilerden ayrılan çocukların verdikleri tepkileri incelemiştir. Bazı çocuklar bu ayrılığın üstesinden gayet iyi gelmiştir çünkü bakım veren kişinin kısa süreli ayrıldığını, tekrar geri gelip yine sevgi ve şefkate kavuşacaklarının farkındadırlar. Fakat bazı çocuklar bu ayrılığa ağlayarak tepki gösterirler. Diğer çocuklar ise bakım veren kişi gittiğinde ümitsizliğe kapılır, bazı çocuklar ise bakım veren geri gelse bile onlardan uzak durarak tepkilerini gösterirler (Burger, 2021).

Ainsworth, Blehar, Waters ve Wall anneler ve çocuklarıyla benzer çalışmalar yapmışlardır. Yapılan çalışmada “Yabancı Ortam” ismini verdikleri laboratuvar gözlem yöntemi ile ebeveyn ve çocuk etkileşimiyle ortaya çıkan bağlanma süreci ile ilgili üç tür bağlanma ilişkisini ortaya atmışlardır. Tanımladığı üç boyut nedeni ile bu kuramdan üç boyutlu bağlanma stilleri olarak da ifade edilmektedir.

### ***Güvenli Bağlanma Stili***

Bu ilişkide anneler bebeklerine karşı ilgili ve duyarlıdır. Güvenli olarak bağlanmış bebekler anneleri yanlarından ayrılmış olsa bile geri döneceğini bilirler ve anneleri geri döndüğünde bebekler rahatlarlar. Güvenli bağlanmış bebekler mutlu ve öz güven sahibi olmaya yatkınlardır (Burger, 2021). Annelerinin olmadığı ortamda anneleri kadar olmasa bile diğer kişilerle samimi ilişkilere girebilirler. Çocuklukta yaşanan güvenli bağlanma kişinin ileriki yaşlarında ortaya çıkacak duygusal sorunların rahatça çözülebileceği anlamına gelmektedir (Güngör, 2000).

### ***Kaygılı/ Kararsız Bağlanma Stili***

Bu tip ilişkide anne çocuğunun ihtiyaçlarına karşı ilgisiz ve duyarsızdır. Anne çocuğun yanından ayrılınca çocuk kaygılanır ve çoğunlukla ağlar. Diğer kişiler tarafından çocuk sakinleştirilemez ve uzak oldukları durumlarda genelde korkarlar (Burger, 2021).

Anneleri geri döndüğünde ise sevinme yerine öfkeyle tepki gösterdikleri görülmüştür. Anneleri ile yakınlık kurmayı mesafeli davrandıkları görülmüştür (Türk, 2019).

### ***Kaçman Bağlanma Stili***

Bu tip bağlanma ilişkisinde bebekler çevrelerini keşfederken anneleri ile pek fazla ilgilenmemektedirler. Anne bebeğin yanından ayrıldıktan sonra bebekler ayrılığı fazla önemsemez ve strese girmezler. Anne tekrar geldiğinde ise bebek onu görmemiş gibi yapar ya da kaçma eğilimi gösterir (Ainsworth, 1989; Bahadır, 2006; Hazan & Shaver, 2000; Güngör, 2006).

### **Bebeklikte Bağlanma**

Bağlanma, bebek ve bebeğe birincil bakıcı arasında gerçekleşen aynı zamanda bebekteki emniyet duygusunun yerleşmesini sağlayan kuvvetli bir bağıdır (Soysal vd., 2005). Anne ile bebek arasındaki ilk süreç, fizyolojik gereksinim olan açlık ve susuzluğun karşılanmasıdır. Bunun hemen ardından, annenin bebekle geçirmiş olduğu zaman ve bu zamanı geçirme şekli belirleyici olmaktadır. Annenin bebeğine karşı duyarlı olması bebeğin duyuşal ve sosyal gelişimi açısından ve aynı zamanda aralarındaki bağı pekişmesi açısından önem arz etmektedir. Anne ve bebeğin ilişkisinde, duyuşal birlikteliğin kalitesinin artması birbirlerinin duyuşlarına karşılık verme düzeyleriyle ilgilidir (Zeanah vd., 1997).

Bowlby'e göre anne ile bebek arasındaki ilişkinin uzun vadede bebeğin sonraki ilişkilerine etki etmekte olduğunu savunur. Çocuğun ilişkileri için bilinçaltında yapılandırılmış bir model olduğunu belirtir. Bu modele göre, çocuk sevgi ve güven ortamında büyütülürse, kendini değerli ve sevilebilir bir birey olarak algılar. Ancak bağlanma ihtiyaçları karşılanmadıysa, çocuğun kendisi ile ilgi imajı eksik ve zayıf olabilir. Bu da ilerleyen yaşlarda kişinin ilişkilerinde ve kendisi ile olan imgesinde olumsuz etkiler yaratabilir. Çocukta sadece ebeveynleri tarafından değil, diğer insanlar tarafından da sevilmeceğine dair düşünceler gelişecektir. Bir çocuğun çok değer görmesi sadece ebeveynlerinin sevgisinden değil, aynı zamanda çevresindeki diğer kişilerin de sevgisinden emin bir şekilde büyümesini sağlayacaktır (Burger, 2021). Dolayısıyla, çocuk sadece ebeveyn sevgisi ile yetinmek yerine çevresindeki diğer insanların da sevgisini kazanma becerisi geliştirmelidir. Bu sayede güvenli bağlanma ilişkisi oluşturarak kişisel gelişimini de sağlıklı bir şekilde sürdürebilmektedir.

## **Yetişkinlikte Bağlanma**

Erken dönemde oluşan bağlanma stilleri kişinin yetişkinlik döneminde kurduğu ilişkilerin temelini oluşturmaktadır. Bebeklik zamanında anne veya birincil bakıcıya oluşan bağlanma örüntüleri yetişkinlik dönemindeki romantik ilişki örüntüleriyle benzerlik göstermektedir. Bağlanma stilleri ile alakalı araştırmalar uzun bir süre bebeklik ve çocukluk dönemleri yoğun olarak incelenmiş, bu iki dönemlerle sınırlı kalmış fakat son zamanlarda yetişkinlikteki bağlanma stillerine yönelik yapılan araştırmaların sayısı çoğalarak devamlılığını sürdürmektedir (Bowlby, 2013).

Hazan ve Shaver (1987) romantik ilişki sürecindeki yetişkin bağlanması ile ilgili araştırmalar yapmıştır ve bebeklik döneminde oluşmaya başlayan bağlanma stiline yetişkinlik döneminde romantik ve sosyal ilişkilere etkisinin olduğunu söylemişlerdir. Ainsworth'ün üçlü bağlanma stiline, bireylerin yetişkinlik döneminde romantik ilişkilerinde gözlemlendiğini söylemişlerdir.

Bartholomew ve Horowitz (1991) oluşturduğu dörtlü bağlanma kuramını Bowlby'nin bağlanma kuramını dikkate alarak oluşturmuşlardır. Dörtlü bağlanma modeli benlik ve başkaları modeli olarak iki boyutta incelenmiştir. Kişinin kendisi ve başkaları ile ilgi olumlu ve olumsuz olma durumlarına yönelik bağlanma stillerinde farklılaşmalar olduğu ileri sürülmektedir. Bu kurama göre bağlanma stilleri dörde ayrılmaktadır.

### ***Güvenli Bağlanma Stili***

Güvenli bağlanma stiline sahip kişiler yeni insanlarla tanışmaktan çekinmezler ve kolaylıkla uyum sağlayabilirler. Özerkliklerini korumanın yanında bağımsız bireylerdir (Sümer & Güngör, 1999).

Kendilerine karşı sevilirlik ve özsaygıları pozitif yöndedir (Hazan & Shever, 1987). Yalnızlıktan korkma ve reddedilme kaygısı yaşamazlar. Yardıma ihtiyaç duydukları zaman başkalarından yardım istemeye çekinmezler. Romantik ilişkilerindeki inançları olumludur, güvenli hissederler. İlişki kurma ve sürdürmede problem yaşamazlar (Çelik, 2004).



### ***Saplantılı Bağlanma Stili***

Bu bağlanma stili özellikleri gösteren yetişkinler kendilerini değersiz görme eğilimine sahipken diğer kişileri olumlu olarak görme eğilimindedirler. Bundan dolayı diğer kişiler tarafından onaylanmaya ihtiyacı hissederler. Bu kişilerde öz güven eksikliği olduğu için reddedilmekten ve romantik ilişkide partnerlerinin kendilerini terk etmesinden korkarlar (Kart, 2014).

### ***Kayıtsız/ Kaçınmacı Bağlanma Stili***

Kayıtsız bağlanma tarzı olan yetişkinler kendilerine olumlu tutum sergilerken başkalarına karşı olumsuz tutum sergilerler. Kendilerine aşırı derecede değer verirken diğer kişilere değer vermemektedirler. Bu bağlanma türü için bağımsız olmak çok önemlidir. Bu nedenle yüksek öz saygı algılarını korumak için romantik ilişkiye girmeyi reddederler. (Bartholomew & Horowitz, 1991). Romantik ilişki kurarlarsa üzüleceklerini ve hayal kırıklığına uğrayacaklarını düşünürler bu sebeple ilişkiden kaçınırlar (Bahadır, 2006). Literatüre göre erkeklerin kaçınmacı bağlanma stiline sahip olmaları görece yüksektir (Scharfe & Bartholomew, 1994; Schmitt, 2003).

### ***Korkulu Bağlanma Stili***

Korkulu bağlanma tarzı olan kişilerin kendilik algıları ve benlik algıları olumsuzdur. Korkulu bağlanmış bireyler kendilik değerlerinin onay görmesi için diğer kişilere bağımlıdırlar fakat bunun yanı sıra diğer kişilere karşı olumsuz beklentileri olması sebebiyle olası bir reddedilme durumundan kaçınmak için yakınlık kurmaya tereddüt etmektedirler (Bozkurt, 2014).

### ***Kişilik***

Literatüre bakıldığı zaman kişilik psikologlarının üzerinde uzlaştıkları tek bir kişilik tanımı yoktur. Birçok farklı yaklaşımla kişiliği ve kişilik özelliklerini tanımlamışlardır. Bazı teorisyenler kişiliğin gelişiminde erken dönem çocukluk yaşantılarının önemli olduğunu, bazıları ise kişiliğin çevreyle şekillendiğini ve zamanla gelişimine devam ettiğini vurgulamışlardır. Kısaca bu tanımlamalara göre

Kişilik, bireyin tutarlı bir şekilde gösterdiği davranış şekilleri ve kişilik içi süreçleri şeklinde tanımlanabilmektedir (Burger, 2021). Feshbach'a (1991) göre

kişilik, sosyal, fiziksel ve kültürel ortamın unsurları altında ortaya çıkan özelliklerin hepsi olarak düşünülmektedir (Akt: Üngüren, 2011).

Burger'a göre kişilik iki parçadan oluşmaktadır. Bu iki bölümden birincisi, tutarlı davranış kalıplarıdır; ikincisi ise kişilik içi süreçlerdir. İlk bölüm, kişiliğin tutarlılığına odaklanmaktadır. Zaman ve durum fark etmeksizin ortaya çıkan davranış kalıplarını gözlemleyebilme becerisini içermektedir. İkinci bölüm olan kişilik içi süreçler ise his ve davranışlarımızı etkileyen aynı zamanda içimizde gelişen duygusal, dürtüsel ve bilişsel süreçleri kapsamaktadır (Burger, 2021)

Cüceloğlu (2018) kişilik kavramı kişinin dışıyla olduğu gibi içiyle de kurmakta olduğu diğerlerinden farklılık sağlayan, tutarsız olmayan ve yapılanması gelişmiş ilişkilene şeklidir. Cüceloğlu kişiliği tanımlarken ayırt edicilik ve tutarlılık kavramlarını kullanmıştır. Bireyi diğer kişilerden farklı kılan özellikleri olduğu için ayırt edici terimi, farklı zamanlarda ve benzer durumlarda kişinin aynı davranışları sergilediği için ise tutarlılık terimi kullanılmıştır. Taymur ve Türkçapar (2012)'a göre kişilik, bireyi diğer kişilerden özgün kılan, doğumuyla gelen ve sonradan da edinilen, süreklilik gösteren nitelikler olarak tanımlar. Allport (1937), kişiliği, "bireyin çevreye yapacağı uyumu belirleyen psiko-fiziksel sistemlerin, bireyin kendi içindeki dinamik organizasyonları"; İstengel (2006), "bireyin çevreye uymasını sağlayan bütün özellikleri"; Morris (2002) ise kişiliği bireyin kendine mahsus ve zamanla şekillenen duygu, düşünce ve davranış örüntüsü olarak tanımlamaktadır.

Tutarlı davranış örüntüleri ve kişilik içi süreçlerin kaynakları nedir sorusu kişilik psikologlarının temel olarak sorduğu sorudur. Kişilik psikologları bu soruya farklı cevaplar vererek kişilik kuramlarını oluşturmuşlardır. Kişiliği açıklayan altı genel kuramdan bahsedilmektedir.

Psikanalitik yaklaşım, kişilerin davranış örüntülerindeki farklılıklarda kişinin bilinçaltı akıllarının etkili olduğunu söyler, davranışsal/sosyal öğrenme yaklaşımı, tutarlı davranış örüntülerinin kişinin koşullanma ve beklentilerinin neticesi olarak açıklamakta, ayırıcı özellik yaklaşımı kişinin, diğer bireylerden farklı kılan kişilik özelliklerine sahip olduğunu öne sürer, insancıl yaklaşımı savunan kuramcılara göre kişisel farklılıkların sebebi kişinin kendini onaylama duygusu ve sorumluluktur, biyolojik yaklaşım, bireylerin diğer kişilerden farklı kişilik özelliklerine sahip olmasında önemli noktanın kalıtsal eğilim ve fizyolojik süreçler olduğunu düşünür, bilişsel yaklaşımı savunan kuramcılara göre ise bilişsel yaklaşım, kişisel farklılıkları, kişilerin bilgi işleme biçimindeki değişikliklerine bağlar (Burger, 2021).

Dolayısıyla kişilik kavramı çok yönlü ve geniştir. Kişiliği tanımlamaya çalışırken birden çok faktörü incelemek gereklidir. Kişiliği etkileyen dört genel faktör bulunmaktadır bunlar sırasıyla; biyolojik ve kalıtsal faktörler, sosyal ve kültürel faktörler ve aile faktörüdür. Aşağıda kişiliği etkileyen faktörlerden ve kişilik kuramlarından detaylı olarak bahsedilecektir.

## **Kişiliği Etkileyen Faktörler**

### ***Biyolojik ve Kalıtsal Faktörler***

Psikolojik özelliklerin esasında, biyolojik ve kalıtsal özelliklerin rolünün önemli olduğu bilinmektedir. Yapılan araştırmalara göre çoğu davranışsal özelliklerin temelinde kalıtım, önemli bir faktör olarak görülmüştür (Eroğlu, 2004). John'un 1990 yılındaki çalışmasına göre kişilik, bireye doğuştan gelen ve çevre ile etkileşim kurarak şekillenen ve tutarlı özelliklerin hepsi olarak ele alınmaktadır (Atak, 2013).

Kişiliğin kalıtsal olup olmadığına dair yapılan çalışmalarda tek yumurta ikizleri incelenmiştir. Araştırmaya göre farklı yerlerde büyüyen tek yumurta ikizlerinin, kişilik özelliklerinin %50'sinin kalıtsal olabileceğini göstermiştir (Hellriegel & Slocum, 2009, s. 43).

### ***Sosyal ve Kültürel Faktörler***

Kişilik kavramının oluşmasına birçok faktör etki etmektedir. Bu faktörlerden biri de sosyal ve kültürel faktördür. Kültür kişinin gelenek ve göreneklerinin yanı sıra giyinme ve yemek yeme davranışları üzerine de etki etmektedir. Dolayısıyla bireyin kişiliğinin kültürden şekilleneceği söylenebilir (Erdoğan, 1994).

Yapılan araştırmalardan edinilen bulgulara göre kültür ve sosyal çevre kişiliğin oluşmasında ve gelişmesinde etkisi vardır, fakat kişiliğin gelişmesinde etkisi olan tek faktör olarak düşünülmemelidir (Roach, 2006).

### ***Aile Faktörü***

Kişilik kavramının oluşmasına ve şekillenmesine etki eden en önemli faktörlerden biri de ailedir. Kişiliğin gelişmesinde ailenin büyüklüğü, yapısı, ekonomik durumu ve ebeveynlerin eğitim seviyesi etkili faktörlerdir (Özsoy & Yıldız, 2013). Ailelerin çocuklarına karşı tutumları, çocukların kişiliklerinin belirlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Özdemir, vd., 2012). Baldwin ve

Kalhorn ebeveynlerin çocukların kişiliklerinin üzerindeki etkisini araştırmak için yaptığı çalışmada, ebeveynlerin davranış örüntülerinin zamanla istemli ya da istemsiz çocukları tarafından benimsendiği sonucuna ulaşılmıştır (Erdoğan, 1994).

## **Kişilik Kuramları**

### ***Psikanalitik Yaklaşım***

Freud için kişilik bilinç öncesi, bilinç ve bilinç dışı olarak üçe ayrılmaktadır. Bu ayrıma ise topografik model adını vermiştir. Bilinç çevremizdeki olayları algılama ve anlamlandırma durumumuzu ifade eder. Bu durumda, tutarlı davranış kalıplarımız ve deneyimlerimiz doğrultusunda, bilinçte duygular, düşünceler, eğilimler ve yaşantılar sürekli olarak meydana gelir (Yörükoğlu, 2000). Bilinç öncesi bölüm ise bilincin dışında bulunan kolaylıkla ya da zorlanarak hatırlanan bilgileri içerir. (Gençtan, 2017).

Psikanalitik yaklaşıma göre düşüncelerimizin birçoğu ve en önemli bölümü bilinçaltında bulunmaktadır. Freud'a göre bazı olağan dışı durumlar dışında bilinçaltı bilgiyi bilinç düzeyine getiremeyiz fakat günlük davranışlarımızın altında bilinçaltımızdaki malzemeler vardır (Burger, 2021).

Freud topografik modelin insan kişiliğine kısıtlı bir tanımlama yaptığını düşünmüştür. Bu modele ilave olarak yapısal modeli ortaya koymuştur. Yapısal modele göre kişilik üç şekilde ayrılmaktadır. Alt benlik (id) kişiliğimizin en ilkel, kalıtımsal dürtü ve arzularını içeren kısmıdır, Ego, mantık ve gerçekçi türüdür gerçek dünya ile id arasında aracıdır ve idi kontrol altında tutmaya çalışan kişilik birimidir. Süper ego ise toplumun kabul gördüğü doğru ve yanlış kararlarının olduğu kısma denir (Cüceloğlu, 2018).

### ***Davranışsal Öğrenme Yaklaşımı***

Öğrenme yaklaşımına göre, bireyin davranış özelliklerinin sebebi onların öğrenme geçmişinde yatar. Bu yaklaşım sosyal çevrenin, olayın, kişinin davranışını belirleyen en önemli etmen olduğunu söyler (Mischel, 1973). Öğrenme yaklaşımına göre bir kimse bulunulan ortamın sosyal durumuna göre birbirlerinden farklı davranışlar gösterebilir. Sakin, hoş bir kişi, biraz zaman geçtikten sonra saldırgan ve hareketli bir kişi haline dönüşebildiği gibi bağımlı ve bağımsız bir kişilik yapısına bürünebilir. Bu birbirinden farklı davranışları aynı kişide görmek mümkündür.

Kişinin ne tür bir davranış göstereceği içinde olduğu sosyal durumu nasıl algıladığıyla ilgilidir (Cüceloğlu, 2018).

Albert Bandura'ya (1977) göre öğrenme sosyal bir çevrede oluşur. Özellikle çocuklar için başka insanların davranışlarını gözlemleyerek öğrenmenin önemli bir öğrenme şekli olduğunu belirtir. Bu tür öğrenme, gözlem yoluyla öğrenme olarak adlandırılır ve bir kişinin öğrenmesi için en önemli koşul, bir başkasının davranışını gözlemleyebilmesidir (Cüceloğlu, 2018).

### ***Bilişsel Yaklaşım***

1960'lı yıllarda Aeron Beck tarafından tasarlanan bilişsel terapi kuramının ortaya çıkmasından sonra 1980'lerde davranışçı terapistlerin çoğunluğu yeni meydana çıkan bu kuramı benimsemişlerdir (Türkçapar, 2008).

Bilişsel kişilik psikologları, olaylara gösterilen reaksiyonun, olayın yorumlanma biçimiyle ilişkili olduğunu düşünmektedir (Dill, vd., 1997; Zelli, vd., 1996). Bandura bireyin davranışlarının nedeni incelenirken öncelikle sosyal çevresini göz önünde bulundurmak gerektiğini çünkü bir kişinin bir davranışı öğrenmesi için başka bir kişiyi o davranışı gerçekleştirirken incelemesi gerektiğini söylemektedir (Cüceloğlu, 2018). Burger (2021) için bilişsel kuram, kişisel farklılıkları kişilerin bilgileri işleme biçimindeki değişikliklerine bağlamaktadır. George Kelly'nin kişilik kuramı insanoğlunun eşsiz olduğu düşüncesiyle başlamaktadır. Kelly ortaya çıkan durumları kestirmek ve yorumlamak için kullanılan bilişsel yapıları kişisel yapılar olarak nitelendirmiştir (Kelly, 1965).

Beck kişiliği sosyotropi ve otonomi olarak iki ayrı boyutta incelemiştir. Beck (1983) otonomiye bireylerin özerkliğini ve kişisel haklarını korumak ve geliştirmek amacıyla yapılan kazanım olarak açıklamaktadır (Beck, 1983, Akt: Çakır, 2013). Sosyotropi ise kişiler arası onaylanma ve kabul görmeye dayalıdır (Dozois & Beck, 2008).

### **Kişiliğin Sosyotropi ve Otonomi Boyutu**

Beck ve arkadaşları 1993 yılında yaptıkları çalışmada sosyotropi ve otonomi kavramlarını kişilik özelliklerinin ayırımında çok fazla kullanmıştır. Beck, depresif belirtilere sahip bireylerin kişilik özelliklerini saptamak ve farklılıklarını incelemek amacıyla bu kavramları ortaya atmıştır (Sato & McCann, 1998).

Sosyal bağımlı kişilik, sosyotropi olarak adlandırılırken, özerk kişilik ise otonomi olarak tanımlanır. Sosyotropik bireyler, yaşadığı bir olay sonrasında sosyal açıdan kabul görmemesi veya öyle algılanması sonucunda depresyona girebilirken, özerk kişiliğe sahip bireyler kendi başarısızlıkları gibi durumlarda depresyona girebilmektedir (Clark, vd., 1992, s. 636). Sosyotropik ve otonomik kişilik ayrı ayrı üç alt boyutta incelenmektedir. Sosyotropik kişilik için bunlar ayrılık kaygısı, onaylanma kaygısı ve diğer insanları memnun etme, otonomik kişilik için ise yalnızlıktan hoşlanma, kişisel başarı ve özgürlüktür. (Lynch vd., 2007).

Yapılan araştırmaların verileri incelendiğinde, erkekler kadınlara oranla daha fazla otonomik kişilik özelliklerine sahipken kadınlar daha çok sosyotropik kişilik özelliğine sahiptir (Erözkan, 2004).

Sosyotrop bireylerin grup aktivitelerine, otonom bireylerin ise daha özgürlükçü ve bireysel aktivitelere meyilli olduğu gözlenmiştir (Barutçu & Serinkan, 2006). Bir grubun içinde var olmak, kabul edilmek ve onaylanmak sosyotropik kişilik özelliklerine sahip kişilere fayda sağladığı için terapi sürecinde grup terapileri daha yararlı olabilmektedir. Otonomik kişilik özelliklerine sahip bireyler için ise bireysel terapinin daha fayda sağladığı bildirilmiştir (Bieling vd., 2000).

### **Sosyotropik Kişilik Özellikleri**

Sosyotropi, diğer kişilerle olumlu etkileşimler geliştirme kabiliyetidir. Sosyotrop bireyler için sevmek ve sevilme önemli bir ihtiyaç olarak görülmektedir. Bu nedenle başka kişiler tarafından kullanılmaya yatkındırlar. Diğer kişilerin sözlerini inatlaşmadan yapmaya ve ortak çalışmalara katılmaya isteklidirler. Başka kişilerle olan ilişkilerinin olumlu yönde olması sosyotropik kişilik özelliğine sahip bireyler için kabul görmeleri nedeniyle önemlidir.

Sosyotrop kişiler partnerlerinden isteklerinin sevgi ve ilgi olduğunu bildirmişlerdir. Bu kişilik özelliğine sahip bireyler anlaşmazlıkları çözerken daha sevgi dolu davranışlarda bulunabilmektedirler (Lynch vd., 2001). Sosyotropik kişilik özelliğine sahip bireylerin başkalarıyla kurdukları ilişkilerde bir ayrılma olduğunda veya reddedildiklerinde depresyona meyilli oldukları saptanmıştır (Doğan, 2010).

Yüksek sosyotropi kişilik özelliklerine sahip bireylerde özsaygının doğrulaması olarak sosyal bağlanmışlık gözlemlenmiştir. Bu bireylerin olumlu kendilik imgelerine devam edebilmeleri, önemli buldukları kişiler tarafından

sevilmelerine, onaylanmalarına, sayılmalarına ve önemsenmeleriyle bağlantılıdır (Kabakçı, 2001).

### **Otonomik Kişilik Özellikleri**

Otonom bireyler bireysel başarıya ve kontrolün kendinde olmasına önem verirler. Kendilerinin belirledikleri amaçlara ulaşmaktan, yön vermekten ve olayları kendi yöntemleriyle kontrol edip amaçlarına ulaşmaktan hoşlanırlar (Beck, 1983; Robins, vd., 1997). Otonom bireyler, hedefe bağlı başarısızlık içeren yaşam olaylarına daha açıktırlar (Beck, 2003).

Otonomik kişilikteki bireyler, bireyselliğe ve bağımsız çalışmalara yatkınlardır (Barutçu & Öktem, 2003). Otonomik kişilik özelliğine sahip kişiler, kendilerini başarısız olarak tanımladıklarında depresyona meyillidirler. Ayrıca özgürlüklerinin sınırlı olduğunu ve kontrolü yitirdiklerini hissettiklerinde depresyona girebilmektedirler (Lynch vd., 2001).

Otonom kişiler özgürlüklerini kaybetme korkusundan dolayı yakın kişilerarası ilişkilerde bağlanmaktan kaçınırlar (Allen vd.,1996). Otonomik kişiler partnerlerine karşı daha mesafeli ve düşünceleri savunan bir tavır sergilemektedirler. Sevgi ve ilgi gösterme konusunda ise daha tutumlu davranabilirler ve daha az ilgi talep ederler. Anlaşmazlıkları ortadan kaldırmak için konuşmak yerine durumu inkâr etmeyi veya reddetmeyi tercih etmektedirler (Lynch vd., ,2001). Yüksek otonom özellikteki kişiler başarısızlıktan, kontrolsüzlükten, yetersizlikten ve başka bir kişi tarafından küçük düşürülmekten ürkemektedirler (Sato, 2003).

### **Öz Duyarlılık**

Budist felsefenin uzun yıllardır odağına aldığı konulara bakılınca hem öz duyarlılık hem de şefkat kavramları karşımıza çıkmaktadır (Neff, 2003b). Öz duyarlılık kavramı yüzyıllardır Doğu kültüründe varlığını etkin bir şekilde sürdürmüştür fakat Batı kültüründe yeni yeni benimsenmiş bir kavramdır (Neff, 2003a). Öz duyarlılık kavramının tanımı şefkat kavramından meydana gelmiştir (Neff, 2003b). Şefkat, temelde diğer insanların acılarına ya da zor deneyimlerine karşı empati duymak, onların acılarını anlamak ve paylaşmak anlamına gelir (Atalay, 2019). Öz duyarlılık ise, bireylerin kendi acılarına açık olmasını, acılarından kaçınmamasını, karşılaştıkları zorluklara nazikçe yaklaşarak kendilerine karşı

yargısız olmalarını ve hayattaki zorlukları yaşamın doğal bir parçası olarak kabul etmelerini içerir (Neff, 2003b). Öz duyarlılığın yaşanılan olumsuz durumlarda diğer kişilere yaptığı gibi kişinin kendisine de anlayışla yaklaşabilmesini ve bu durumları yaşayan başka insanların da olduğunu bilincinde olmasını içeren bir yapıdır (Neff, 2004).

Öz duyarlılığı yüksek bireyler, kendilerini yargılamayan ve başarısızlık, korku, çaresizlik ve utanç gibi duyguları fark etme konusunda bilinçli olan kişilerdir. Kendi acılarına hoş görüyle ve şefkatle yaklaşabilen bu kişiler, benzer zorluklarla karşı karşıya kalan insanlarla daha iyi empati kurabilmektedirler (Germer, 2019). Dolayısıyla öz duyarlılık diğer insanlara gösterilecek olan şefkatin de özünü oluşturmaktadır. Öz duyarlılığı yüksek kişiler başarısız olmaktan daha az endişe duyarlar ve başarılı olmadıklarında başka bir deneme için hazırlardır (Germer & Neff, 2013).

Neff öz duyarlılık kavramını açıklarken üç bileşene ayırmıştır. Bunlar öz sevecenlik, farkındalık ve paylaşımların bilincinde olmadır. (Neff vd., 2019). Bu kavramlar ileriki yıllarda Neff tarafından zıtları ile birleştirilerek paylaşımların bilincinde olmaya karşı izolasyon, farkındalığa karşı aşırı özdeşleşme ve öz sevecenliğe karşı öz yargılama olarak güncellenmiştir. Bu alt bileşenler birbirleriyle etkileşim halindedir. Her bir bileşen diğer bileşenin oluşumuna etki etmesinin yanısıra aynı zamanda diğerinin gelişmesini de attırabilir (Neff, 2003b).

Öz duyarlılığın cinsiyetlere göre incelenmesinde kadınların erkeklere kıyasla daha az öz duyarlılık düzeyine sahip olduğunu rapor etmişlerdir; kendilerini yargılamaya, olumsuz duygularla aşırı özdeşleşmeye ve olumsuz durumlar karşısında izole hissetmeye daha eğilimli oldukları görülmüştür (Neff, 2003a).

Öz duyarlılık ile ilgili yapılan çalışmaların sayısı kısıtlı olsa da yapılan çalışmalar, öz duyarlılığın aile ve kültürün erken yaşantılarından etkilenerek öğrenildiği ve model alındığı sonucuna ulaşılmaktadır (Neff & McGehee, 2010, Gilbert & Procter, 2006, Neff, 2011).

## **Öz Duyarlılığın Bileşenleri**

### ***Öz Sevecenliğe Karşı Öz Yargılama***

Kişinin başarısız olduğu, yanlış yaptığı, acı veren ve olumsuz deneyimler yaşama durumlarında kendisini yargılamadan kendi iç dünyasında nazik ve sevgi



dolu bir tavır sergilemesi anlamına gelir (Neff, 2009). Ayrıyeten öz sevecenlik kişinin olumlu ve olumsuz yönlerine empati kurarak, affederek, hassas davranarak, sabırla yaklaşarak ve saygı göstererek kendisini korumasını da içermektedir (Neff, 2003a; Gilbert & Irons, 2009).

### ***Paylaşımların Bilincinde Olmaya Karşı İzolasyon***

Paylaşımların bilincinde olmak, hayatta karşılaşılan mutlu veya üzücü her türlü deneyimin bireysel olmadığını, diğer insanların da benzer duygular yaşayabileceğini ifade eder. Dolayısıyla bireyin deneyimlerinde kendisinin yalnız olduğunu düşünmemesi, izole olmaktan ziyade, hayatta karşılaşılan zorlukları kabul etmek ve başa çıkmak için, yaşanan deneyimleri hayatın olağan bileşenleri şeklinde görmektir (Neff, 2003a; Barnard & Curry, 2011; Neff, 2009).

### ***Farkındalığa Karşı Aşırı Özdeşleşme***

Farkındalık, bireyin olumsuz duygu ve düşüncelerini dengede tutabilmesidir. Olumsuz bir durumla karşılaştığında önceki deneyimlerinden ve gelecekteki ihtimallerden ayrı olarak, durumu şu anda ve olduğu şekliyle idrak etmek kişiler için zor olabilmektedir (Atalay, 2019). Kişinin farkındalığı düşük olduğu zaman hissettiği acıyla bütünleşmektedir buna da acıyla bütünleşme denmektedir. Kişi yaşadığı olumsuz duygularla özdeşleşmek yerine bastırmadan, yargılamadan ve reddetmeden olağan şekilde farkında olarak tutmaktır (Nolen-Hoeksema, 1991; Neff, 2003a). Farkındalığı yüksek olan kişiler, acı verici durumlarla karşılaştıklarında aşırı odaklanma, aşırı anlam yükleme ve saplanma yerine olumsuz durumun farkında olarak kendini yargılamadan öz duyarlılığı arttırabilmektedir (Yağbasanlar, 2017).

## **Öz Duyarlılığı Etkileyen Faktörler**

### ***Aile Faktörü***

Kişiliğimizin oluşmasında en etkili faktör ailedir. Ebeveyn tutumları ve yaşanan çevre kişinin öz duyarlılık düzeyine etki etmektedir. Çünkü çocukluk döneminde bireye yaklaşım şekli ve nasıl bir çevrede yetiştiği, ilerleyen dönemlerde kişilerin kendilerine yaklaşım şeklini belirlemektedir (Korkmaz, 2018). Ebeveyn davranışları çocuğun öz duyarlılık geliştirmesinde fayda sağladığı söylenmektedir. Araştırmalar göstermektedir ki, destekleyici bir anne, uyumlu bir

aile ortamı ve güvenli bağlanma ile büyüyen ergenlerin duyarlılık düzeyleri daha fazladır (Neff, 2009).

### ***Cinsiyet Faktörü***

Öz duyarlılık düzeyi cinsiyet faktörü açısından değişiklik gösterebilmektedir. Yapılan araştırmalara göre, erkeklere oranla kadınların düşük öz duyarlılık düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. (Yarnell vd., 2005). Öz duyarlılığın cinsiyete göre ilişkisi ile ilgili yapılan çalışmalarda kadınların yaşanan olumsuz olaylarda erkeklere göre kendilerini daha fazla eleştirdikleri, daha fazla tekrar eden olumsuz düşüncelere kapıldıkları gözlemlenmiştir (Sümer, 2008).

### ***Yaş Faktörü***

Ergenlik dönemi, öz duyarlılık açısından en az gelişmiş zaman dilimidir (Neff, 203a). Bireyler ergenlik dönemlerinde kimliklerini şekillendirirken, kendilerini başkalarıyla karşılaştırma ve kendilerini ölçme eğilimi gösterirler (Brown & Lohr, 1987). Ergenlik dönemi bireylerinde, yüksek öz eleştiri düzeyinin yanı sıra izolasyon ve aşırı özdeşleşme meyilli de artış göstermektedir (Neff, 2003a).

## **Öz Duyarlılık ile İlgili Kuramlar**

### ***Bilişsel Davranışçı Kuram***

Bilişsel davranışçı kuram kişinin sağlıklı ve işlevsel olmayan düşüncelerinin yerine daha sağlıklı olan işlevsel düşüncelerle yer değiştirmesini sağlamaktadır. Bu sayede problem durumu ortadan kaldırılmaya çalışılmaktadır. Kişinin kendisiyle iletişimde kullandığı üslup bilişsel yöntem ile değiştirilebilir. Yargılayıcı ve acımasız bir üslup yerine kabul edici, sevecen ve anlayışlı bir üslup kullanması sağlanabilmektedir. Ayrıca düşüncelerin davranışları etkilediği düşünüldüğünde, varılmak istenen davranış değişikliği düşüncelerin değiştirilmesi yöntemi ile elde edilebilir ve kontrol edilebilirdir (Korkmaz, 2018; Türkçapar, 2014). Birey, olumlu ve olumsuz niteliklerini fark ettiğinde kendine karşı daha anlayışlı ve şefkatli davranabilir (Atlı, 2019).

### ***Hümanistik Kuram***

Hümanistik kuram ve öz duyarlılık birbiriyle ilişkilidir. Öncülerinin Abraham Maslow ve Carl Rogers olan Hümanistik Kuram için kendini korumak ve geliştirmek benliğin önemli bir işlevidir. Öz duyarlılık bireylerin temel ihtiyaçlarını giderme dürtülerine sahiptir. Emekleme, yemek yeme, yürüme, haz ihtiyacı gibi dürtüler organizma tarafından karşılanmaya çalışılmaktadır. Maslow insanların yaşamlarını sürdürebilmeleri için sürekli gelişmekte olduğunu söyler çünkü birey ilk önce yiyecek, emniyet vb temel ihtiyaçlarını giderir sonrasında sevgi, saygı vb. ihtiyaçlarını gidermeye çalışır (Rogers, 1959). Rogers (1967) için, terapilerde istenen amaç, kişinin kendisi hakkında yargısız ve sevecen bir yaklaşım benimsemesi, kendisini tanıması, ifade etmesi ve açık olması için koşulsuz kabul ve pozitif saygı sağlamaktadır (Akt: Sümer, 2008).

### ***İlişkisel Kuram***

Öz duyarlılık kavramı ile en çok benzerlik gösteren kuram ilişkisel kuramdır. Jordan (1991) kişisel empati kavramını kısaca kişinin kendi davranışlarını yargılamadan açıkça yaklaşabilmesi şeklinde tanımlamaktadır. Kişi daha önce yargıladığı ve kabul etmediği yönlerine öz şefkatle yaklaşarak kabul eder. (Neff, 2003b).

### ***İlgili Araştırmalar***

Araştırmanın bu bölümünde yukarıda aktarılan kavramlara yönelik literatür aktarılmıştır.

Gorski 2000 yılında 121 ergen ile yapmış olduğu çalışmada sosyotropi ile cinsiyet arasında bir ilişki olmadığını rapor etmişlerdir.

2002 yılında Konyalıoğlu üniversitede öğrenim gören öğrenciler ile yaptığı çalışma sonucunda kişiliklerinin tipleri ve bağlanmalarının biçimlerinde değişiklikler olduğunu belirtmiştir.

Kaya ve diğerleri 2006 yılında hemşirelik okuyan öğrenciler ile çalışma yapmıştır. Çalışmanın örneklemini 369 öğrenci hemşire oluşturmaktadır. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların cinsiyete göre sosyotropi – otonomi puanları karşılaştırıldığında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Neff ve arkadaşları (2008) 181 Amerikalı, 164 Tayvanlı ve 233 Tayvandlı üniversite öğrencisi ile öz duyarlılık düzeyinin kültürlere göre değişkenliğini

incelemişlerdir. Bu çalışma sonucuna göre Tayvanlı öğrenciler en az, Amerikalı öğrenciler orta ve Tayvanlı öğrenciler en yüksek öz duyarlılık düzeyine sahip oldukları bulunmuştur.

Akkaya 2009 yılında 438 lisans öğrencisi ile yapmış olduğu çalışmasında üniversite öğrencilerinin, sosyotropi düzeyleri ve öğrenilmiş güçlülükleri arasında zayıf, otonomi düzeyleri ile orta düzeyde pozitif anlamlı korelasyon bulmuştur.

Neff ve McGehee 2010 yılında ergenler ile üniversitede öğrenim gören genç yetişkinler ile yapmıştır. Bu çalışmada güvenli bağlanma stiline sahip kişilerde anlamlı düzeyde yüksek öz duyarlılık olduğu, güvensiz bağlanma stiline sahip kişilerde öz duyarlılık düzeyinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca bu iki kavramın aralarında ilişki olmadığını aktarmışlardır.

Bir diğer çalışma olan Neff ve Bretvas (2013) genç yetişkinler ile öz duyarlılığın romantik ilişkilerdeki rolünü inceledikleri bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışma sonucunda elde edilen bilgilere göre öz duyarlılık kavramı ile bağlanma stillerinden güvenli bağlanmanın ilişkilerinde korelasyonun pozitif olduğu; bağlanmanın korkulu, kaygılı stilleriyle ilişkisinde ise negatif yönde anlamlı korelasyon olduğu rapor edilmiştir.

Yardan ve Dikmentaş 2013 yılında 59 katılımcıyla gerçekleştirdiği çalışmasında hastane çalışanlarının psikolojik sözleşme algıları ve sosyotropi – otonomi kişilik seviyeleri ilişkisinde anlamlı farklılıklar tespit etmiştir.

Sarıcaoğlu ve Arslan 2013 yılında yapmış oldukları çalışma bulgularına göre özerkliğin en önemli yordayıcılarından birinin öz duyarlılık olduğu görünmektedir.

Karabacak ile Demir'in çalışmasında (2016) elde edilen bulgulara göre özerkliğin alt alanları ve bağlanma stilleri alt alanları arasında pozitif ilişkiler olduğu sonucu elde edilmiştir.

Kayalar 2016 yılında 153 eğitim yöneticisinin örneklemini oluşturduğu çalışmasında katılımcıların sosyotropi otonomi puanlarının bazı sosyodemografik değişkenler açısından aralarında bir fark olmadığını ortaya koymuştur.

Akgün 2017 yılında sosyotropi- otonomi ve hemşirelik adlı çalışmasında sosyotropi- otonomi kişilik özelliklerini yaş, medeni durum ve eğitim durumu gibi sosyodemografik değişkenlerle incelemiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre bu değişkenler arasında farklılıklar bulmuştur.

Balık, 2017 yılında üniversite öğrenciler ile yaptığı çalışmada otonomik kişilik özelliklerine sahip üniversite öğrencilerinin iyimser, kendine güvenli ve boyun

eğici yaklaşımı, sosyotropik kişilik özelliklerine sahip niversite ğrencilerinin ise çaresiz yaklaşımı daha çok kullandıklarını bulmuştur

Bluth ve arkadaşları 2017 yılında ergen örnekleme üzerinden öz duyarlılık ve duygusal iyi oluş ilişkisinde yaş ve cinsiyet farklılıklarını incelemişlerdir. Elde edilen bulgulara göre erkeklerin öz duyarlılık düzeyinin tüm yaş gruplarında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Demir'in 2019 yılında yapmış olduğu çalışma sonucunda elde edinilen bilgilere göre sosyotropik- otonomik kişilik özellikleri ve güvenli bağlanma ilişkisinde negatif yönde bir korelasyon varken; kaygılı ve kaçıngan bağlanma stilleri ile bu ilişki pozitif yönlü görünmektedir.

Küçük 2020 yılında yaptığı çalışmasında elde ettiği bulgulara göre boşanmış ve bekar bireylerin izolasyon düzeyleri evli olan kişilere göre düşüktür.

Çetinkaya 2022 yılında Ankara'da yaşayan 553 evli birey ile yapmış olduğu çalışmasında öz şefkat, psikolojik esneklik, evlilik kalitesi ve algılanan stresin her biri arasında anlamlı korelasyonlar olduğunu tespit etmiştir.

oban 2021 yılında romantik ilişkisi olan 505 (312 kadın, 193 erkek) katılımcı ile gerçekleştirdiği çalışmasında öz duyarlılığın yaşam doyumunu değişkenini yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

nal 2021 yılında genç yetişkinlerle yapmış olduğu araştırmada öz duyarlılığın, çocukluk ağı travmatik yaşantılarının ileriki dönemde yaşanılabilecek duygu durum glklerinde önemli bir rol üstlenebileceğini rapor etmiştir.

Tüfek 2023 yılında yetişkin bireyler ile yürüttüğü çalışmasında yaşam doyumunu değişkeninin yetişkinlerin başarılı yaşlanmayı düzeylerini yordayıcı etkisi olduğunu raporlamıştır.

## BÖLÜM III

### Yöntem

#### Araştırmanın Modeli

Bu çalışma yetişkin bireylerin bağlanma stilleri, öz duyarlılık düzeyleri ve sosyotropik ve otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmada nicel bir araştırma modeli olan korelasyonel model ile yapılmıştır. Bunun nedeni bu modelde değişkenlerin sahip oldukları ilişkinin ortaya konmasını amaçlamakta olan araştırma modeli olmasıdır. Bu modelde ilişkinin var olup olmadığı ve ilişki var ise bunun nasıl olduğu belirlenmeye çalışılır (Karasar, 2011).

#### Evren ve Örneklem

Bu tez çalışmasında evren Türkiye ile KKTC’de yaşayan yetişkin bireyler şeklinde belirlenmiştir. Örneklem grubu kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak oluşturulmuştur. Kolayda örnekleme yapılmasının sebebi, basitçe erişilebilen katılımcıların seçimiyle örneklemin oluşturulmasıdır. Örneklem büyüklüğü hesaplanırken evreni bilinmeyen örneklem sayısı hesaplama formülü ( $n = \frac{z_a^2 \cdot p \cdot q}{d^2}$ ) kullanılmıştır. Bu tez çalışması için  $p = .05$  ve  $q = .05$  olarak yapılan hesaplama sonuçlarına göre bu tez çalışması için gerekli örneklemin büyüklüğü için en az 384 kişinin katılımının gerekli olduğu sonucuna varılmıştır. Belirtilen koşullara uygun şekilde bu çalışma yürütülürken 385 yetişkine erişilmiştir. Aşağıda verilmiş olan Tablo 1’de çalışmaya katılan yetişkinlerin sosyodemografik verileri bakımından dağılımı belirtilmiştir.

Tablo 1 Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

	Sayı (n)	Yüzde (%)
<b>Yaş</b>		
18-24	155	40,26
25-34	159	41,30
35-44	41	10,91
44 ve üzeri	30	7,53
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	199	51,69
Erkek	186	48,31
<b>Medeni Durum</b>		
İlişkisi var	113	29,35
İlişkisi yok	157	40,78
Evli	102	26,49
Boşanmış	13	3,38
<b>Yaşanılan</b>		
KKTC	353	91,69
TC	32	8,31
<b>Çalışma durumu</b>		
Çalışan	251	65,19
Çalışmayan	134	34,81

Tablo 1’de araştırmaya dahil olan bireylerin sosyo-demografik özellikleri verilmiştir.

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya katılan bireylerin %40,26’sının 18-24 yaş arasında, %41,30’ünün 25-34 yaş arasında, %10,91’inin 35-44 yaş arasında %7,53’ünün 44 yaş ve üzerinde olduğu, %51,69’unun kadın, %48,31’inin erkek olduğu, %29,35’inin medeni durumunun ilişkisi var, %40,78’inin medeni durumunun ilişkisi yok, %26,49’unun medeni durumunun evli, %3,38’inin medeni durumunun boşanmış olduğu, %91,69’unun KKTC’de yaşadığı, %8,31’inin TC’de yaşadığı, %65,19’unun çalıştığı, %34,81’inin çalışmadığı görülmektedir.

### **Veri Toplama Araçları**

Bu çalışmada verilerin toplanabilmesi için Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği, Öz Duyarlılık Ölçeği ve Sosyotropi- Otonomi Ölçeği kullanılmıştır.

### ***Kişisel Bilgi Formu***

Araştırmacının hazırladığı bu form araştırmaya katılanların medeni durum, cinsiyet, yaş gibi sosyodemografik bilgileri hakkında bilgi sahibi olabilmeye yönelik oluşturulmuştur. 5 soru bulunmaktadır.

### ***Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği***

Bu ölçek kişilerin bağlanma (güvenli, kaygılı/ kararsız ve kaçınan) stillerinin ölçülebilmesi amacıyla 2016 senesinde Evren Erzen'in geliştirdiği bir ölçüm aracıdır ve 5'li liker tipindedir. 18 maddesi bulunmakta olup üç alt boyutu ölçüm almaktadır. Ölçeğin geçerliliğinin belirlenmesi için yapılan çalışmalar ölçeğin yapı, içeriği ile dilinin geçerlilikleri bilirkişilerin görüşlerinden faydalanarak gerçekleştirilmiştir. Cohen Kappa uyuma indeksi kullanıldığında dil ve anlam geçerliği için .87, içerik geçerliliği için .72 uyuma indeksi puanları elde edilmiştir. Yapı geçerliliği değerlendirilirken doğrulayıcı ve açımlayıcı faktör analizlerinde faydalanılmıştır. Bu analizler sonucunda üç boyut (güvenli, kaygılı/kararsız, kaçınmacı) ortaya çıkmıştır.

Analizin sonucunda uyum indeksleri (GFI=.93, AGFI=.90, RMSEA=.05,  $\chi^2/sd=2.48$ , CFI=.90) modelin uyumlu olduğu göstermiştir. Ölçek için yapılan güvenilirlik çalışmalarında ise güvenli bağlanma stilinin iç tutarlılık kat sayısı .69, kaygılı/kararsız bağlanma stilinin .71, kaçınan bağlanma stili için ise .80 değerlerine sahip olduğu görülmektedir (Erzen, 2016).

### ***Öz Duyarlılık Ölçeği***

Bu ölçeği Neff 2003 senesinde geliştirmiştir. Akın ve arkadaşları 2007 senesinde Türkçeye uyarlamışlardır. Ölçek beşli likert tipte olup 26 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin ölçüm yaptığı altı alt boyutu vardır bunlar izolasyon, öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma, öz yargılama, bilinçli farkındalık ve aşırı özdeşleşmedir.



Ölçeğin, yapılmış olan güvenilirlik analizleri sonucunda bulunan Cronbach Alfa tutarlılık kat sayısının .92 değerine sahip olduğu belirtilmiştir. Alt boyutların iç tutarlılık katsayıları ise izolasyon .79, paylaşımların bilincinde olma .80, öz sevecenlik .78, öz yargılama .77, bilinçlilik .75, ve aşırı özdeşleme .81 olarak bulunmuştur (Neff, 203b).

Ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışmasında, alt boyutların iç tutarlılık katsayıları ise öz sevecenlik .77, paylaşımların bilincinde olma .72, öz yargılama .72, bilinçlilik .74, izolasyon .80 ve aşırı özdeşleşme .74 olarak bulunmuştur. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinal formula uyumlu olduğu görülmüştür. Ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu bildirilmiştir (Akın & Akın & Abacı, 2007).

### ***Sosyotropi- Otonomi Ölçeği***

Bu ölçeği 1983 senesinde Beck ile diğerleri geliştirilmiştir. Türkçeye uyarlaması, 1993 senesinde Şahin, Ulusoy ve Şahin tarafından yapılmıştır. Ölçek beşlilikert tipte 60 maddeden oluşmaktadır. Ölçek iki ayrı boyutu ölçmektedir ve her boyutu ölçen 30 soru bulunmaktadır. Ölçeğin otonomi alt boyutları için .83-.95 arasında Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmışken bu hesaplamaların sosyotropi alt boyutları için .89-.94 arasında olduğu bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe uyarlaması için yapılan güvenilirlik çalışmalarında ise Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısından yararlanılmıştır. Sosyotropi boyutu için .70 değerlerinde, otonomi boyutu için .81 değerinde bulunmuştur.

### **Verilerin İstatistiksel Analizi ve Yorumlanması**

Araştırma verilerinin analizinde Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı (SPSS) kullanılmıştır.

Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi - Otonomi Ölçeği yanıtları için güvenilirlik analizleri kapsamında Cronbach Alfa testi yapılmıştır. Cronbach Alfa değerleri Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri için 0,764, Öz Duyarlılık Ölçeği için 0,719, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği için 0,884 bulunmuştur.

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımları için frekans analizi yapılmış olup, Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları için tanımlayıcı istatistikler verilmiştir.

*Tablo 2 Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanlarının Normallik Testleri*

	<b>Kolmogorov-Smirnov</b>				
	<b>İstatistik</b>	<b>sd</b>	<b>p</b>	<b>Çarpıklık</b>	<b>Basıklık</b>
Güvenli Bağlanma Stili	0,13	385	0,00	-0,59	0,80
Kaçınan Bağlanma Stili	0,11	385	0,00	0,61	0,76
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	0,08	385	0,00	0,21	0,13
Öz sevecenlik	0,05	385	0,02	-0,02	-0,23
Öz yargılama	0,08	385	0,00	0,16	-0,57
Paylaşımların bilincinde olma	0,08	385	0,00	-0,04	-0,30
İzolasyon	0,06	385	0,00	0,05	-0,66
Bilinçlilik	0,09	385	0,00	-0,03	-0,33
Aşırı özdeşleşme	0,08	385	0,00	0,07	-0,77
Sosyotropi	0,05	385	0,04	0,01	0,31
Otonomi	0,05	385	0,05	-0,03	-0,16

Tablo 2. katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanlarının normal dağılım gösterme durumu için Kolmogorov-Smirnov testi ve çarpıklık/basıklık değerleri incelenmiştir. Kolmogorov-Smirnov testine göre veriler normal dağılmazken, çarpıklığın ve basıklığın  $\pm 1,5$  arasında olmasından dolayı normal dağılıma uyduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanlarının normal dağılım göstermesinden dolayı sosyo-demografik özelliklere göre karşılaştırılmalarında parametrik testler uygulanmıştır. Cinsiyete, yaşanan yere ve çalışma durumuna göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları bağımsız örneklem t testiyle, yaşa göre ANOVA ile karşılaştırılmıştır. Medeni duruma göre yapılan karşılaştırmada 30'un altında gözlemde değerine sahip kategori olduğundan dolayı Kruskal-Wallis H testi yapılmıştır. İleri analizler için Tukey testi yapılmıştır. Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği,

Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanlarının arasındaki korelasyonlar Pearson testi uygulanmıştır. Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği puanlarının Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanlarını yordama durumu çok değişkenli regresyon analiziyle incelenmiştir.

### **Çalışma Planı**

Çalışmanın oluşturulmasında izlenen adımlar aşağıda sıralı biçimde belirtilmiştir.

İlk olarak araştırmacı tarafından araştırmanın amacı ve araştırma soruları belirlenmiştir. Daha sonra araştırma modeli olarak ilişkisel tarama modeli belirlenmiştir. Ardından araştırmanın evren ve örnekleme belirlenerek, veri toplamak için ölçekler belirlenmiştir.

Ölçeklerin sahiplerinin iznini aldıktan sonra araştırmacı tarafından aydınlatılmış onam formu, bilgilendirme formu ve kişisel bilgi formu hazırlanmıştır.

Verileri toplayabilmek amacıyla Google forms üzerinden ilgili formlar hazırlanmıştır. Veriler KKTC ve Türkiye’de yaşayan 18 yaş üstü yetişkin bireylerden dijital uygulamalar (WhatsApp, Telegram, Instagram ve Facebook) üzerinden toplanmıştır. Araştırma 385 kişilik örneklem grubundan kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak toplanılmıştır.

Katılımcılar oluşturulmuş olan formu yaklaşık 15- 20 dakika arasında tamamlamışlardır.

Araştırma için veriler 24 Ekim – 14 Nisan tarihleri arasında toplanmıştır.

Veriler online dosyadan SPSS dosyasına aktarılarak analiz edilmiştir. Elde edilen Verilerin araştırmanın sorularını yanıtlayacak şekilde ilgili istatistiksel analizlere sokulması ile veri analiz işlemi tamamlanmıştır.

Elde edilen sonuçların ardından raporlama kısmına geçilmiştir.

## BÖLÜM IV

### Bulgular ve Yorumlar

*Tablo 3 Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları*

	<b>n</b>	$\bar{x}$	<b>s</b>	<b>Min</b>	<b>Max</b>
Güvenli Bağlanma Stili	385	19,30	2,85	10	25
Kaçınan Bağlanma Stili	385	15,19	4,62	7	33
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	385	14,79	4,23	6	30
Öz sevecenlik	385	16,06	4,15	5	25
Öz yargılama	385	13,57	4,49	5	25
Paylaşımların bilincinde olma	385	12,91	3,42	4	20
İzolasyon	385	11,47	3,90	4	20
Bilinçlilik	385	13,54	3,43	4	20
Aşırı özdeşleşme	385	11,54	3,98	4	20
Sosyotropi	385	61,33	18,03	9	120
Otonomi	385	79,67	15,54	32	120

Tablo 3'te katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları verilmiştir.

Tablo 3 incelendiğinde, araştırmaya katılanların Üç Boyutlu Bağlanma Stillere ait Güvenli Bağlanma Stili alt boyutundan ortalama  $19,30 \pm 2,85$  puan, minimum 10, maksimum 25 puan, Kaçınan Bağlanma Stili alt boyutundan ortalama  $15,19 \pm 4,62$  puan, minimum 7, maksimum 33 puan, Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili alt boyutundan ortalama  $14,79 \pm 4,23$  puan, minimum 6, maksimum 30 puan aldıkları, Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Öz sevecenlik alt boyutundan ortalama  $16,06 \pm 4,15$  puan, minimum 5, maksimum 25 puan, Öz yargılama alt boyutundan ortalama  $13,57 \pm 4,49$  puan, minimum 5, maksimum 25 puan, Paylaşımların bilincinde olma alt boyutundan ortalama  $12,91 \pm 3,42$  puan, minimum 4, maksimum 20 puan, İzolasyon alt boyutundan ortalama  $11,47 \pm 3,90$  puan, minimum 4, maksimum 20 puan, Bilinçlilik alt boyutundan ortalama  $13,54 \pm 3,43$  puan, minimum 4, maksimum 20 puan, Aşırı özdeşleşme alt boyutundan ortalama  $11,54 \pm 3,98$  puan, minimum 4, maksimum 20 puan aldıkları, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeğine ait Sosyotropi alt boyutundan ortalama  $61,33 \pm 18,03$  puan, minimum 9, maksimum 120 puan ve Otonomi alt

boyutundan ortalama  $79,67 \pm 15,54$  puan, minimum 32, maksimum 120 puan aldıkları görülmektedir.

*Tablo 4 Katılımcıların Yaşa Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları*

	Yaş	n	$\bar{x}$	s	Min	Max	F	p	Fark
Güvenli Bağlanma Stili	18-24	155	19,14	2,98	10	25	0,414	0,743	
	25-34	159	19,47	2,90	10	25			
	35-44	41	19,40	2,25	15	25			
	44 ve üzeri	30	19,10	2,65	14	25			
Kaçınan Bağlanma Stili	18-24	155	15,56	4,56	7	33	0,841	0,472	
	25-34	159	15,09	4,86	7	32			
	35-44	41	14,93	4,17	7	27			
	44 ve üzeri	30	14,21	4,16	7	23			
Kaygılı- Kararsız Bağlanma Stili	18-24	155	15,32	4,04	6	26	2,439	0,064	
	25-34	159	14,43	4,66	6	30			
	35-44	41	15,17	3,52	9	24			
	44 ve üzeri	30	13,34	3,20	6	19			
Öz sevecenlik	18-24	155	15,52	4,32	5	25	1,859	0,136	
	25-34	159	16,26	4,26	5	25			
	35-44	41	17,02	3,22	11	25			
	44 ve üzeri	30	16,48	3,59	10	25			
Öz yargılama	18-24	155	13,85	4,73	5	25	1,012	0,387	
	25-34	159	13,53	4,51	5	25			
	35-44	41	13,57	4,01	5	23			
	44 ve üzeri	30	12,28	3,59	7	23			
Paylaşımların bilincinde olma	18-24	155	12,36	3,45	4	20	2,335	0,073	
	25-34	159	13,33	3,57	4	20			
	35-44	41	13,00	2,85	7	20			
	44 ve üzeri	30	13,34	2,77	9	20			
İzolasyon	18-24	155	11,81	3,94	4	20	1,006	0,390	
	25-34	159	11,40	4,04	4	20			
	35-44	41	11,07	3,57	4	18			

	44 ve üzeri	30	10,62	3,24	5	17			
Bilinçlilik	18-24	155	13,12	3,18	4	20	2,676	0,047*	1-4
	25-34	159	13,73	3,64	4	20			
	35-44	41	13,43	3,08	6	20			
	44 ve üzeri	30	14,97	3,70	5	20			
Aşırı özdeşleşme	18-24	155	11,88	4,06	4	20	0,997	0,394	
	25-34	159	11,48	3,94	4	20			
	35-44	41	11,12	3,85	4	20			
	44 ve üzeri	30	10,69	3,97	5	20			
Sosyotropi	18-24	155	61,38	18,59	18	120	0,557	0,644	
	25-34	159	61,18	18,56	9	120			
	35-44	41	59,26	15,55	14	93			
	44 ve üzeri	30	64,86	15,51	29	90			
Otonomi	18-24	155	78,79	14,96	48	120	2,117	0,098	
	25-34	159	79,06	16,04	32	120			
	35-44	41	80,60	16,44	55	114			
	44 ve üzeri	30	86,38	13,42	53	116			

\* $p < 0,05$

Tablo 4'te katılımcıların yaşına göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları Kruskal Wallis testi kullanılarak karşılaştırılmış ve sonuçları verilmiştir.

Tablo 4 incelendiğinde, araştırmaya katılanların yaş grubuna göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Güvenli Bağlanma Stili, Kaçınan Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olmadığı görülmektedir ( $p > 0,05$ ). Yaşları fark etmeksizin katılımcıların Güvenli Bağlanma Stili, Kaçınan Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları benzerdir.

Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Bilinçlilik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olduğu görülmektedir ( $p < 0,05$ ). Yaşı 44 ve üzerinde olan katılımcıların Bilinçlilik puanları, yaşı 18-24 arasında olan katılımcıların Bilinçlilik puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon ve Aşırı özdeşleşme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p > 0,05$ ). Yaşlarına bakılmaksızın

katılımcıların Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon ve Aşırı özdeşleşme puanları benzerdir.

Araştırmaya katılanların yaş grubuna göre Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Yaşları fark etmeksizin katılımcıların Sosyotropi puanları ile Otonomi puanları benzerdir.

*Tablo 5 Katılımcıların Cinsiyete Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları*

	<b>Cinsiyet</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>s</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Güvenli	Kadın	199	19,52	2,71	1,563	0,119
Bağlanma Stili	Erkek	186	19,06	2,98		
Kaçınan	Kadın	199	14,33	4,11	-3,861	0,000*
Bağlanma Stili	Erkek	186	16,12	4,95		
Kaygılı-Kararsız	Kadın	199	14,87	4,20	0,419	0,676
Bağlanma Stili	Erkek	186	14,69	4,27		
Öz sevecenlik	Kadın	199	16,02	4,39	-0,243	0,808
	Erkek	186	16,12	3,90		
Öz yargılama	Kadın	199	13,43	4,80	-0,618	0,537
	Erkek	186	13,72	4,13		
Paylaşımların bilincinde olma	Kadın	199	13,13	3,61	1,333	0,183
	Erkek	186	12,67	3,20		
İzolasyon	Kadın	199	11,68	4,01	1,111	0,267
	Erkek	186	11,24	3,77		
Bilinçlilik	Kadın	199	13,23	3,56	-1,852	0,065
	Erkek	186	13,88	3,25		
Aşırı özdeşleşme	Kadın	199	12,11	4,03	2,923	0,004*
	Erkek	186	10,94	3,85		
Sosyotropi	Kadın	199	62,48	17,37	1,293	0,197
	Erkek	186	60,10	18,68		
Otonomi	Kadın	199	79,61	14,91	-0,074	0,941
	Erkek	186	79,73	16,23		

\* $p<0,05$

Tablo 5’te katılımcıların cinsiyete göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları Mann Whitney U testi kullanılarak karşılaştırılmış ve sonuçları verilmiştir.

Tablo 5 incelendiğinde, araştırmaya katılanların cinsiyetine göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Kaçınan Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ). Erkek katılımcıların Kaçınan Bağlanma Stili puanları, kadın katılımcıların Kaçınan Bağlanma Stili puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Katılımcıların Güvenli Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Kadın ve erkek katılımcıların Güvenli Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları benzerdir.

Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Aşırı özdeşleşme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark vardır ( $p<0,05$ ). Kadınların Aşırı özdeşleşme puanları, erkeklerin Aşırı özdeşleşme puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Araştırmaya katılanların Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon ve Bilinçlilik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Kadın ve erkek katılımcıların Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon ve Bilinçlilik puanları benzerdir.

Araştırmaya katılanların cinsiyetine göre Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Kadın ve erkek katılımcıların Sosyotropi puanları ile Otonomi puanları benzerdir.



*Tablo 6 Katılımcıların Medeni Duruma Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları*

	Medeni Durum	n	$\bar{x}$	s	M	SO	X <sup>2</sup>	p	Fark
Güvenli Bağlanma Stili	İlişkisi var	113	19,42	2,83	20	198,20	5,777	0,123	
	İlişkisi yok	157	18,97	2,97	19	180,63			
	Evli	102	19,76	2,60	20	210,28			
	Boşanmış	13	18,46	2,96	19	161,58			
Kaçınan Bağlanma Stili	İlişkisi var	113	15,28	4,48	15	194,04	0,644	0,886	
	İlişkisi yok	157	15,36	4,85	15	195,85			
	Evli	102	14,83	4,56	15	186,05			
	Boşanmış	13	15,31	3,54	15	204,08			
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	İlişkisi var	113	14,02	4,47	13	169,96	23,124	0,000*	3-4
	İlişkisi yok	157	15,78	4,33	16	221,14			
	Evli	102	13,86	3,40	14	168,31			
	Boşanmış	13	16,69	3,86	17	247,19			
Öz sevecenlik	İlişkisi var	113	16,13	4,31	16	194,30	6,615	0,085	
	İlişkisi yok	157	15,50	4,38	15	177,73			
	Evli	102	16,73	3,51	17	211,70			
	Boşanmış	13	17,15	4,04	16	219,35			
Öz yargılama	İlişkisi var	113	13,66	4,66	13	193,58	6,604	0,086	
	İlişkisi yok	157	14,06	4,41	14	205,83			
	Evli	102	12,65	4,40	12	170,46			
	Boşanmış	13	14,08	3,86	15	209,85			
Paylaşımların bilincinde olma	İlişkisi var	113	13,20	3,57	14	203,47	15,038	0,002*	2-4
	İlişkisi yok	157	12,15	3,44	12	168,54			
	Evli	102	13,47	2,93	13	211,80			
	Boşanmış	13	15,00	3,65	14	249,92			
İzolasyon	İlişkisi var	113	11,80	4,05	12	200,15	3,862	0,277	
	İlişkisi yok	157	11,69	3,96	12	199,79			
	Evli	102	10,81	3,55	10	174,60			
	Boşanmış	13	11,15	4,22	12	193,15			
Bilinçlilik	İlişkisi var	113	13,53	3,35	13	192,67	6,322	0,097	
	İlişkisi yok	157	13,15	3,37	13	179,41			
	Evli	102	14,01	3,53	14	208,98			
	Boşanmış	13	14,69	3,54	15	234,62			
Aşırı özdeşleşme	İlişkisi var	113	11,78	4,06	12	199,40	2,224	0,527	
	İlişkisi yok	157	11,69	3,90	12	197,32			
	Evli	102	11,06	4,10	11	179,06			
	Boşanmış	13	11,46	3,28	12	194,58			
Sosyotropi	İlişkisi var	113	61,01	18,80	62	192,35	2,604	0,457	
	İlişkisi yok	157	60,22	17,87	60	184,80			
	Evli	102	63,45	18,08	64	207,31			
	Boşanmış	13	60,85	12,09	59	185,42			
Otonomi	İlişkisi var	113	80,33	15,01	80	195,14	3,155	0,368	
	İlişkisi yok	157	78,16	16,20	80	184,85			
	Evli	102	80,36	14,63	81	197,48			
	Boşanmış	13	86,77	17,91	88	237,77			

\* $p < 0,05$

Tablo 6’da katılımcıların medeni duruma göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları Kruskal Wallis testi kullanılarak karşılaştırılmış ve sonuçları verilmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde, araştırmaya katılanların medeni durumuna göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Medeni durumu boşanmış olan katılımcıların Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları, medeni durumu evli olan katılımcıların Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Katılımcıların medeni durumuna göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Güvenli Bağlanma Stili ve Kaçınan Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Katılımcıların medeni durumları fark etmeksizin Güvenli Bağlanma Stili ve Kaçınan Bağlanma Stili puanları benzerdir.

Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Paylaşımların bilincinde olma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark vardır ( $p<0,05$ ). Boşanmış olan katılımcıların Paylaşımların bilincinde olma puanları, ilişkisi olmayan katılımcıların Paylaşımların bilincinde olma puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Katılımcıların medeni durumuna göre Öz sevecenlik, Öz yargılama, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı özdeşleşme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Medeni durumları fark etmeksizin katılımcıların Öz sevecenlik, Öz yargılama, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı özdeşleşme puanları benzerdir.

Araştırmaya katılanların medeni durumuna göre Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Medeni durumları fark etmeksizin katılımcıların Sosyotropi puanları ile Otonomi puanları benzerdir.

*Tablo 7 Katılımcıların Yaşadıkları Yere Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları*

	Yaşadıkları Yere	n	$\bar{x}$	s	t	p
Güvenli	KKTC	353	19,29	2,79		
Bağlanma Stili	TC	32	19,38	3,45	-0,158	0,874
Kaçınan	KKTC	353	15,11	4,59		
Bağlanma Stili	TC	32	16,13	4,90	-1,190	0,235
Kaygılı-Kararsız	KKTC	353	14,74	4,23		
Bağlanma Stili	TC	32	15,28	4,31	-0,690	0,491
Öz sevecenlik	KKTC	353	16,03	4,20		
	TC	32	16,47	3,57	-0,574	0,566
Öz yargılama	KKTC	353	13,59	4,50		
	TC	32	13,31	4,35	0,337	0,736
Paylaşımların	KKTC	353	12,82	3,38		
bilincinde olma	TC	32	13,88	3,68	-1,678	0,094
İzolasyon	KKTC	353	11,46	3,93		
	TC	32	11,53	3,62	-0,093	0,926
Bilinçlilik	KKTC	353	13,50	3,40		
	TC	32	13,97	3,75	-0,734	0,463
Aşırı özdeşleşme	KKTC	353	11,51	3,97		
	TC	32	11,94	4,11	-0,585	0,559
Sosyotropi	KKTC	353	61,07	17,91		
	TC	32	64,22	19,37	-0,946	0,345
Otonomi	KKTC	353	79,12	15,41		
	TC	32	85,75	15,93	-2,324	0,021*

\* $p < 0,05$

Tablo 7’de katılımcıların yaşadıkları yere göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları Mann Whitney U testi kullanılarak karşılaştırılmış ve sonuçları verilmiştir.

Tablo 7 incelendiğinde, araştırmaya katılanların yaşadıkları yere göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Güvenli Bağlanma Stili, Kaçınan Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olmadığı görülmüştür ( $p > 0,05$ ). KKTC’de yaşayan ve TC’de yaşayan

katılımcıların Güvenli Bağlanma Stili, Kaçınan Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları benzerdir.

Katılımcıların yaşadığı yere göre Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı özdeşleşme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). KKTC’de yaşayan ve TC’de yaşayan katılımcıların Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı özdeşleşme puanları benzerdir.

Araştırmaya katılanların yaşadığı yere göre Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği alt boyutu olan Otonomi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark vardır ( $p<0,05$ ). TC’de yaşayan katılımcıların Otonomi puanları, KKTC’de yaşayan katılımcıların Otonomi puanlarından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Katılımcıların Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği alt boyutu olan Sosyotropi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). KKTC’de yaşayan ve TC’de yaşayan katılımcıların Sosyotropi puanları benzerdir.

*Tablo 8 Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları*

	<b>Çalışma durumu</b>	<b>n</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>s</b>	<b>t</b>	<b>p</b>
Güvenli Bağlanma Stili	Çalışan	251	19,32	2,82	0,189	0,851
	Çalışmayan	134	19,26	2,90		
Kaçınan Bağlanma Stili	Çalışan	251	15,00	4,69	-1,110	0,268
	Çalışmayan	134	15,55	4,47		
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	Çalışan	251	14,56	4,40	-1,457	0,146
	Çalışmayan	134	15,22	3,87		
Öz sevecenlik	Çalışan	251	16,12	4,11	0,327	0,744
	Çalışmayan	134	15,97	4,25		
Öz yargılama	Çalışan	251	13,64	4,43	0,410	0,682
	Çalışmayan	134	13,44	4,60		
Paylaşımların bilincinde olma	Çalışan	251	12,95	3,32	0,327	0,744
	Çalışmayan	134	12,83	3,61		
İzolasyon	Çalışan	251	11,49	3,92	0,164	0,870
	Çalışmayan	134	11,43	3,87		
Bilinçlilik	Çalışan	251	13,56	3,47	0,117	0,907
	Çalışmayan	134	13,51	3,36		
Aşırı özdeşleşme	Çalışan	251	11,51	3,98	-0,222	0,825
	Çalışmayan	134	11,60	4,00		
Sosyotropi	Çalışan	251	61,83	18,24	0,748	0,455
	Çalışmayan	134	60,39	17,66		
Otonomi	Çalışan	251	78,84	15,43	-1,428	0,154
	Çalışmayan	134	81,22	15,69		

Tablo 8’de katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri, Öz Duyarlılık Ölçeği, Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları Mann Whitney U testi kullanılarak karşılaştırılmış ve sonuçları verilmiştir.

Tablo 8 incelendiğinde, araştırmaya katılanların çalışma durumuna göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Güvenli Bağlanma Stili, Kaçınan Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark olmadığı görülmüştür ( $p>0,05$ ). Çalışan ve çalışmayan katılımcıların

Güvenli Bağlanma Stili, Kaçınan Bağlanma Stili ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları benzerdir.

Katılımcıların çalışma durumuna göre Öz Duyarlılık Ölçeğine ait Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı özdeşleşme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Çalışan ve çalışmayan katılımcıların Öz sevecenlik, Öz yargılama, Paylaşımların bilincinde olma, İzolasyon, Bilinçlilik ve Aşırı özdeşleşme puanları benzerdir.

Araştırmaya katılanların çalışma durumuna göre Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark yoktur ( $p>0,05$ ). Çalışan ve çalışmayan katılımcıların Sosyotropi puanları ile Otonomi puanları benzerdir.

*Tablo 9 Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği ile Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği Puanları Arasındaki korelasyonlar*

		Güvenli Bağlanma Stili	Kaçınan Bağlanma Stili	Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	Öz sevecenlik	Öz yargılama	Paylaşımların bilincinde olma	İzolasyon	Bilinçlilik	Aşırı özdeşleşme	Sosyotropi	Otonomi
Güvenli Bağlanma Stili	r p	1										
Kaçınan Bağlanma Stili	r p	- 0,282 0,000 *	1									
Kaygılı- Kararsız Bağlanma Stili	r p	- 0,248 0,000 *	0,362 0,000 *	1								
Öz sevecenlik	r p	0,364 0,000 *	- 0,050 0,325	- 0,287 0,000 *	1							
Öz yargılama	r p	- 0,258 0,000 *	0,062 0,226	0,415 0,000 *	- 0,544 0,000 *	1						
Paylaşımların bilincinde olma	r p	0,324 0,000 *	- 0,075 0,142	- 0,244 0,000 *	0,619 0,000 *	- 0,335 0,000 *	1					
İzolasyon	r p	- 0,201 0,000 *	0,059 0,251	0,410 0,000 *	- 0,399 0,000 *	0,713 0,000 *	- 0,243 0,000 *	1				
Bilinçlilik	r p	0,292 0,000 *	- 0,114 0,025 *	- 0,276 0,000 *	0,763 0,000 *	- 0,415 0,000 *	0,628 0,000 *	- 0,372 0,000 *	1			
Aşırı özdeşleşme	r p	- 0,184 0,000 *	- 0,021 0,688	0,367 0,000 *	- 0,413 0,000 *	0,717 0,000 *	- 0,262 0,000 *	0,767 0,000 *	- 0,446 0,000 *	1		
Sosyotropi	r p	0,033 0,522	- 0,191 0,000 *	0,237 0,000 *	- 0,234 0,000 *	0,371 0,000 *	- 0,031 0,541	0,513 0,000 *	- 0,157 0,002 *	0,492 0,000 *	1	
Otonomi	r p	0,290 0,000 *	0,041 0,428	0,063 0,214	0,229 0,000 *	- 0,097 0,058	0,280 0,000 *	- 0,088 0,083	0,322 0,000 *	- 0,107 0,037 *	- 0,06 0,20 5 6	1

\* $p < 0,05$

Tablo 9’da katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği ile Sosyotropi ve Otonomi Ölçeği puanları arasındaki korelasyonlar verilmiştir.

Tablo 9 incelendiğinde, araştırmaya katılanların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Kaçınan Bağlanma Stili puanları ile Sosyotropi puanları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Katılımcıların Sosyotropi puanları arttıkça, Kaçınan Bağlanma Stili puanları azalmaktadır. Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili puanları ile Sosyotropi puanları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon vardır ( $p<0,05$ ).

Katılımcıların otonomi puanları ile Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Güvenli Bağlanma Stili puanları arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü korelasyon vardır ( $p<0,05$ ).

Araştırmaya katılanların Sosyotropi puanları ile Öz sevecenlik ve Bilinçlilik puanları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon vardır ( $p<0,05$ ). Öz sevecenlik ve Bilinçlilik puanları arttıkça, katılımcıların Sosyotropi puanları azalmaktadır. Katılımcıların Sosyotropi puanları ile Öz yargılama ve İzolasyon puanları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon vardır ( $p<0,05$ ). Katılımcıların Otonomi puanları ile Öz sevecenlik, Paylaşımların bilincinde olma ve Bilinçlilik puanları arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon vardır ( $p<0,05$ ). Araştırmaya katılanların Otonomi puanları ile Aşırı özdeşleşme puanları arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde korelasyon vardır ( $p<0,05$ ).

Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Güvenli Bağlanma Stili puanları ile Öz Duyarlılık Ölçeğindeki öz sevecenlik, paylaşımlarının bilincinde olma ve bilinçlilik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönlü, öz yargılama izolasyon ve aşırı özdeşleşme arasında istatistiksel olarak negatif yönlü korelasyonlar vardır ( $p<0,05$ ).

Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Kaçınan Bağlanma Stili puanları ile Öz Duyarlılık Ölçeğindeki bilinçlilik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif korelasyon bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ölçeğine ait Kaygılı Kayıtsız Bağlanma Stili puanları ile Öz Duyarlılık Ölçeğindeki öz sevecenlik, paylaşımlarının bilincinde olma ve bilinçlilik puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı ve negatif



yönlü, öz yargılama izolasyon ve aşırı özdeşleşme arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü korelasyonlar vardır ( $p<0,05$ ).

*Tablo 10 Katılımcıların Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Sosyotropi Puanlarını Yordama Durumu*

	Std. Olm.	Std.			F	R <sup>2</sup>
	B	S.H.	Beta	t	p	DüzR <sup>2</sup>
(Sabit)	24,54	8,52		2,882	0,004*	
Güvenli Bağlanma Stili	0,65	0,29	0,10	2,228	0,026*	
Kaçınan Bağlanma Stili	-0,83	0,18	-0,21	-4,564	0,000*	
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	0,63	0,21	0,15	2,977	0,003*	25,128
Öz sevecenlik	-1,01	0,32	-0,23	-3,164	0,002*	0,000*
Öz yargılama	-0,49	0,28	-0,12	-1,766	0,078	
Paylaşımların bilincinde olma	0,74	0,29	0,14	2,532	0,012*	
İzolasyon	1,68	0,32	0,36	5,258	0,000*	
Bilinçlilik	0,61	0,37	0,12	1,638	0,102	
Aşırı özdeşleşme	1,15	0,33	0,25	3,514	0,000*	

\* $p<0,05$

Tablo 10.'da katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği puanlarının Sosyotropi puanlarını yordama durumunun incelenmesine ilişkin çok değişkenli regresyon analizi sonuçları verilmiştir.

Tablo 10. incelendiğinde, katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stillerindeki Güvenli Bağlanma Stilinden ( $\beta=0,10;p<0,05$ ) ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilinden ( $\beta=0,15;p<0,05$ ) aldıkları puanlarının Sosyotropi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yordadığı belirlenmiştir. Katılımcıların Kaçınan Bağlanma Stilinden aldıkları puanların ise Sosyotropi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yönlü yordadığı belirlenmiştir ( $\beta=-0,21;p<0,05$ ).

Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeğindeki Öz sevecenlikten aldıkları puanların Sosyotropi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yordadığı belirlenmiştir ( $\beta=-0,23;p<0,05$ ). Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeğindeki Paylaşımların bilincinde olma ( $\beta=0,14;p<0,05$ ), İzolasyon ( $\beta=0,36;p<0,05$ ) ve Aşırı özdeşleşme ( $\beta=0,25;p<0,05$ ) aldıkları puanların Sosyotropi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yordadığı belirlenmiştir.

*Tablo 11 Katılımcıların Göre Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği Puanlarının Otonomi Puanlarını Yordama Durumu*

	Std. Olm.	Std.			F	R <sup>2</sup>
	B	S.H.	Beta	t	p	DüzR <sup>2</sup>
(Sabit)	17,39	8,29		2,099	0,037*	
Güvenli Bağlanma Stili	1,51	0,28	0,28	5,292	0,000*	
Kaçınan Bağlanma Stili	0,32	0,18	0,10	1,834	0,067	
Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stili	0,67	0,21	0,18	3,274	0,001*	10,718
Öz sevecenlik	-0,58	0,31	-0,16	-1,876	0,061	0,000
Öz yargılama	-0,01	0,27	0,00	-0,040	0,968	0,186
Paylaşımların bilincinde olma	0,54	0,28	0,12	1,912	0,057	
İzolasyon	-0,17	0,31	-0,04	-0,552	0,582	
Bilinçlilik	1,56	0,36	0,34	4,334	0,000*	
Aşırı özdeşleşme	0,14	0,32	0,04	0,430	0,667	

\* $p < 0,05$

Tablo 11.'de araştırmadaki bireylerin Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri ve Öz Duyarlılık Ölçeği puanlarının Otonomi puanlarını yordama durumunun incelenmesine ilişkin çok değişkenli regresyon analizi sonuçları gösterilmiştir.

Katılımcıların Üç Boyutlu Bağlanma Stilleriindeki Güvenli Bağlanma Stilinden ( $\beta=0,28$ ;  $p<0,05$ ) ve Kaygılı-Kararsız Bağlanma Stilinden ( $\beta=0,18$ ;  $p<0,05$ ) aldıkları puanlarının Otonomi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yordadığı saptanmıştır.

Katılımcıların Öz Duyarlılık Ölçeğindeki Bilinçlilikten aldıkları puanların Otonomi puanlarını istatistiksel olarak anlamlı ve negatif yordadığı belirlenmiştir ( $\beta=0,34$ ;  $p<0,05$ ).

## BÖLÜM V

### Tartışma

Çalışmanın amacı yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesidir. Araştırmanın alt amaçları kapsamında yetişkinlerin bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik - otonomik özelliklerin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşması, yetişkinlerin bağlanma stilleri ve öz duyarlılık düzeyleri arasında ilişki olup olmadığı, yetişkinlerin bağlanma stilleri ile sosyotropik- otonomik kişilik özellikleri arasında ilişki olup olmadığı, yetişkinlerin öz duyarlılık düzeyleri ile sosyotropik – otonomik kişilik özellikleri arasında ilişki olup olmadığı araştırılmıştır.

Çalışmanın bu kısmında, çalışmanın sorularına yönelik yapılan analizlerin sonuçları, literatür ışığında tartışılmıştır.

Bağlanma stilleri yaş sosyo- demografik değişkeni bakımından ele alındığında yaş değişkenine göre bağlanma stillerinde fark görülmemiştir. Bu çalışmaya paralel olarak Küçük 2020 yılında yaptığı çalışmada elde edilen bulgulara göre katılımcıların yaşları bağlanma stillerini anlamlı düzeyde etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Fakat Schachner ve diğerleri 2008 yılında yaptıkları çalışmada bireylerde bağlanma ile yaş arttıkça negatif yönde değişim olduğunu bulmuşlardır.

Bağlanma stilleri cinsiyet sosyo- demografik değişkeni bakımından ele alındığında elde edilen bulgulara göre erkekler görece daha çok kaçınan bağlanma göstermektedir. Güvenli bağlanma stili ve kaygılı kararsız bağlanma stillerinde anlamlı bir farklılaşma gözlemlenmemiştir. Literatür incelendiğinde yapılan çalışmalarda erkeklerin görece daha fazla kaçınan bağlanma stili gösterdikleri bulunmuştur (Scharfe & Bartholomew, 1994; Schmitt, 2003). Bu bağlamda literatür ile paralel olsa da literatürde farklı bulgular olduğu görülmektedir. Konyalıoğlu'nun 2000 yılında yapmış olduğu çalışmada erkeklerin kadınlara kıyasla görece daha fazla güvenli bağlanma stiline sahiplerdir. Bir diğer bulgu ise Gürçam (2017)'ın çalışmasında katılımcıların cinsiyetlerine göre bağlanma stillerinde farklılaşma olmadığı görülmüştür. Bu farkın örneklem grubu ve sayısından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bağlanma stilleri medeni durum sosyodemografik değişkeni bakımından ele alındığında, medeni durumu boşanmış olan yetişkinlerin, medeni durumu evli olan

yetişkinlere göre daha kaygılı/kararsız bağlanma stiline sahip oldukları görülmektedir. Yetişkinlerin medeni durumları fark etmeksizin güvenli bağlanma stilleri ve kaçınan bağlanma stillerinde farklılaşma görülmemektedir. Sümer'in 2006 yılında yaptığı araştırmada yetişkinlerin bağlanma stilli medeni durumlarına göre değişiklik göstermemektedir. Bu sonuç medeni durum ile güvenli bağlanma stilleri ve kaçınan bağlanma stillerinde farklılaşma görülmemesiyle benzerlik göstermektedir.

Bağlanma stilleri çalışma durumu sosyodemografik değişkeni bakımından farklılaşp farklılaşmadığı incelendiğinde, çalışan ve çalışmayan yetişkinlerin bağlanma stillerinde farklılaşma gözlemlenmemiştir. Bu araştırmaya paralel olarak Küçük (2020)'ün çalışmasında çalışma durumu değişkeninin yetişkinlerin bağlanma stilleri üzerinde etkisi olmadığı görülmüştür.

Sosyotropik- Otonomik kişilik özelliklerinin cinsiyet sosyo-demografik değişkeni bakımından farklılaşması incelendiğinde, yetişkinlerin cinsiyetlerine göre sosyotropik ve otonomik özelliklerinde farklılık görülmemiştir. Kadın ve erkek yetişkinlerin sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinin benzer olduğu görülmüştür. Bu bulgular literatürle paraleldir. Kaya ve arkadaşları tarafından 2006' da yapılan araştırmada öğrencilerin sosyotropik- otonomik özellikleri ile cinsiyet arasında farklılık olmadığı görülmektedir. Gorski ve Young 2001 yılında yapmış olduğu çalışmalarında sosyotropik kişilik özellikleri ile cinsiyet arasında bir ilişki olmadığı görülmektedir. Yardan ve Dikmetaş'ın 2013 yılında yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine göre sosyotropik - otonomik kişilik özelliği arasında anlamlı düzeyde fark görülmemektedir.

Sosyotropik ve otonomik kişilik özelliklerinin yaş sosyo- demografik değişkeni bakımından ele alındığında, yetişkinlerin yaşlarına göre sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinde farklılaşma gözlemlenmemiştir. Bu bulgulara paralel olarak Akkaya 2009 yılında yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin yaş değişkeni ile sosyotropik- otonomik özelliklerinin aralarında anlamlı düzeyde farklılaşma olmadığını görülmüştür. Benzer olarak Balık (2017) öğrenciler ile yaptığı çalışmasında sosyotropik ve otonomik kişilik özellikleri ile yaş değişkeni arasında farklılık görülmemektedir.

Bu araştırmaya katılanların medeni durumlarına göre sosyotropik ve otonomik kişilik özelliklerinde farklılaşma görülmemiştir. Bu çalışmaya paralel olarak Kayalar'ın 2012'de yapmış olduğu çalışmada sosyotropik - otonomik kişilik

özellikleri ve medeni durum arasında anlamı farklılık görülmemektedir. Akgün (2017)'ün hemşirelerin sosyotropik – otonomik kişilik özelliklerini incelediği çalışmasında, sosyotropik- otonomik kişilik özellikleri ve medeni durum arasında ilişki olmadığı görülmüştür.

Öz duyarlılık düzeyinin yaş sosyo- demografik değişkeni bakımından ele alındığında, bu çalışma sonucunda, yaşlarına bakılmaksızın öz duyarlılık düzeyi yetişkinlerde benzerdir. Yaşı 44 ve üzerinde olan yetişkinlerin bilinçlilik düzeyleri, yaşı 18-24 arasında olan yetişkinlerin bilinçlilik düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Ünal (2021) Üniversite öğrenciler ile gerçekleştirdiği çalışma bulgularına bakıldığında yaşa göre anlamlı farklılaşma bulunmamıştır. Bluth ve diğerleri (2017) 11-17 yaş arasındaki ergenlerle yapmış oldukları çalışmaya göre erkeklerin öz duyarlılık düzeyinin tüm yaş gruplarında anlamlı bir farklılık olmadığını, yaşı büyük olan kız öğrencilerin ise yaşı küçük olan kız öğrencilere ve erkek öğrencilerin tamamına göre düşük olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde öz duyarlılık ilgili araştırmaların büyük çoğunluğunun üniversite öğrenciler ile gerçekleştirilmiş olması sebebiyle literatürden farklı olarak böyle bir sonuç elde edildiği düşünülmektedir.

Literatürde öz duyarlılık düzeyinin cinsiyet sosyodemografik değişkeni bakımından farklılaşması incelendiğinde, bu çalışmadan elde edilen sonuca göre kadınların aşırı özdeşleşme düzeyleri, erkeklerin aşırı özdeşleşme düzeylerinden anlamlı seviyede yüksek olduğu görülmektedir. Neff ve McGehee (2010) araştırmalarında öz duyarlılığın cinsiyete göre değişmediği görülmektedir. 2008 yılında Neff ve diğerleri Amerika, Tayland, ve Tayvan örnekleminde gerçekleştirdikleri diğer bir araştırmada elde edilen bulgulara göre ise Amerika örnekleminde kadınların erkeklere oranla öz duyarlılık düzeyinin daha düşük seviyede olduğu görülmüştür fakat Tayvan ve Tayland örneklemindeki bulgulara göre öz duyarlılığın cinsiyete göre farklılaşmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmalarda elde edilen bulgulara göre içinde yaşanılan kültürün kişinin öz duyarlılık düzeyini etkilediği düşünülmektedir.

Öz duyarlılık düzeyinin medeni durum sosyodemografik değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığı incelendiğinde, bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre yetişkinlerin medeni durumuna göre boşanmış olan yetişkinlerin paylaşımların bilincinde olma düzeyleri, ilişkisi olmayan yetişkinlerin paylaşımların bilincinde olma düzeylerinde anlamlı şekilde yüksek olduğu görülmektedir. Literatür

incelendiğinde yapılan çalışmaların bu bulgularla paralellikleri olduğu gibi farklılıkları da vardır örneğin Çoban'ın 2021 yılında yapmış olduğu çalışmada öz duyarlılık medeni duruma göre farklılaşmadığı gözlemlenmiştir. Çoban'ın çalışmasına paralel olarak Tüfek (2023)'in çalışmasında öz duyarlılık medeni duruma göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir. Küçük 2020 yılında yetişkinler ile yapmış olduğu çalışmada öz duyarlılık düzeyi ve medeni durum arasında farklılaşma görülmektedir. Elde edilen bulgulara göre, evli olan yetişkinlerin izolasyon düzeyleri görece yüksek bulunmuştur.

Öz duyarlılık düzeyi ile çalışma durumu sosyodemografik değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde, bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre anlamlı düzeyde bir fark gözlemlenmemiştir. Çetinkaya'nın 2022 yılında elde ettiği bulgulara göre ise çalışmayan katılımcıların aleyhine olacak şekilde anlamlı bir fark bilinçlilik ile paylaşımların bilincinde olmada görülmüştür. Çalışan katılımcıların ise aleyhine bir şekilde öz yargılama düzeyinin farklılaştığı görülmektedir. Çetinkaya ise 2022'de ilgili sosyodemografik değişken ve kavram arasındaki farkı açıklamaya yönelik çok fazla bulgu olmadığını aktarmıştır.

Bağlanma biçimleri ve öz duyarlılık arasında pozitif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde Neff ile McGehee bu araştırma ile benzer şekilde ilgili kavramlar arasında anlamlı ilişki olduğunu tespit ettikleri ve 2010 yılında genç yetişkinler ile yürüttükleri çalışmalarının örneklemini 235 ergen ve 287 genç oluşturmaktadır. Güvenli bağlanma stiline sahip kişilerde anlamlı düzeyde yüksek öz duyarlılık olduğu görülmektedir. Neff ve Bretvas (2013) yapmış oldukları çalışma sonucunda edinilen bilgilerde ilgili kavramların aralarında pozitif yönlü ilişki görülmüştür. Örneklem yaş grupları farklı olsa da literatürle aynı sonuçlar elde edilmiştir.

Bu çalışmada kaygılı bağlanma stili ile sosyotropik özelliklerin aralarındaki ilişki pozitif yönde görülmektedir. Otonomik özellikler ise güvenli bağlanma ile pozitif yönde ilişkilidir.

Karabacak ve Demir (2016) üniversite öğrencileri ile çalışma yapmışlardır. Bu çalışmaya göre otonomi alt boyutları ile bağlanma stilleri arasında anlamlı korelasyonlar olduğu gözlemlenmiştir. Demir'in 2019 yılında yetişkinler üzerinde yapmış olduğu çalışmada sosyotropik ve otonomik kişilik özelliklerinin pozitif yönde bir ilişkili olduğu bağlanma stillerinin kaçınan ve kaygılı bağlanma olduğu görülmüştür. Bu çalışmanın diğer çalışmalarla farklılık gösterdiği yönleri olduğu gibi

benzerlik gösterdiği yönleri de vardır. Güvenli bağlanan bireyler özerkliklerini korumanın yanında bağımsız bireylerdir (Sümer ve Güngör, 1999). Bulguların literatürle paralel olduğu söylenebilmektedir. Araştırma bulgularındaki farklılaşma örneklem grubundan kaynaklı olduğu düşünülebilir. Bu konuda yapılmış olan çalışmaların kısıtlılığı nedeniyle karşılaştırma yapılabilecek yeterince bulgu mevcut değildir.

Bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre; sosyotropik kişilik özellikleri ile öz sevecenlik ve bilinçlilik negatif yönlü, öz yargılama ve izolasyon ise pozitif yönlü korelasyon göstermektedir. Elde edilen bir diğer bulguya göre yetişkinlerin otonomik kişilik özellikleri ile paylaşımların bilincinde olma, öz sevecenlik ve bilinçlilik arasında pozitif yönlü, aşırı özdeşleşme düzeyleri arasında ise negatif yönde anlamlı korelasyon olduğu görülmektedir. Literatürde öz duyarlılık düzeyi ve sosyotropik – otonomik kişilik özellikleri araştırılmış bir konu değildir ve bu çalışmanın konusu ile benzerlik gösteren bir araştırmaya rastlanılamamıştır. Ancak Sarıcaoğlu ve Arslan 2013 yılında kişilik özellikleri ve öz anlayış arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarının bulgularına göre özerklikliğin en önemli yordayıcılarından birinin öz anlayış olduğu görülmektedir. Otonomik kişilik bireyin bağımsızlığı koruyup arttırabilmesi olarak tanımlanmaktadır. Otonom bireyler, hedefe bağlı başarısızlık içeren yaşam olaylarına daha açıktırlar (Beck, 2003). Öz duyarlılık yaşanan olumsuz durumlarda diğer kişilere yaptığı gibi kişinin kendisine de anlayışla yaklaşabilmesini ve bu durumları yaşayan başka insanların da olduğunu bilincinde olmasını içeren bir yapıdır (Neff, 2004). Elde edilen bulguların literatürle paralel olduğu söylenebilmektedir.

## BÖLÜM VI

### Sonuç ve Öneriler

#### Sonuçlar

Çalışmanın amacı yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesidir. Araştırmanın alt amaçları kapsamında yetişkinlerin bağlanma stilleri ve öz şefkat ile sosyotropik –otonomik kişilik özelliklerinin sosyodemografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı, yetişkinlerin bağlanma stilleri ile öz şefkat düzeyleri arasında ilişki olup olmadığı, yetişkinlerin bağlanma stillerinin sosyotropik- otonomik kişilik özellikleriyle ilişkisi içinde olup olmadığı, yetişkinlerin öz şefkat düzeylerinin sosyotropik – otonomik kişilik özellikleriyle ilişki olup olmadığı araştırılmıştır.

Bu bölümünde, çalışmanın sorularına yönelik yapılan analizlerin sonuçları aktarılmıştır.

Bu çalışmada yetişkinlerin yaşları fark etmeksizin bağlanma stili alt boyutlarının puanları benzerdir.

Bu çalışmada yetişkinlerin cinsiyetine göre üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeğindeki kaçınan bağlanma stili puanlarının istatistiki açıdan anlamlı seviyede farklılaştığı erkek katılımcıların kaçınan bağlanma stili puanlarının kadın katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Kadın ve erkek katılımcıların güvenli bağlanma biçimi ile kaygılı bağlanma biçimi puanları benzerdir.

Bu çalışmada yetişkinlerin medeni durumlarına göre üç boyutlu bağlanma stilleri ölçeğindeki kaygılı-kararsız bağlanma biçimi puanları arasında anlamlı düzeyde fark bulunmuştur. Medeni durumu boşanmış olan yetişkinlerin kaygılı-kararsız bağlanma stili puanları, medeni durumu evli olan yetişkinlerin kaygılı-kararsız bağlanma stili puanlarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Bu çalışmada yetişkinlerin yaş grupları açısından öz duyarlılık ölçeğine ait bilinçlilik puanları arasında anlamlı düzeyde fark olduğu görülmektedir. Yaşı 44 ve üzerinde olan yetişkinlerin bilinçlilik puanları, yaşı 18-24 arasında olan yetişkinlerin bilinçlilik puanlarına kıyasla anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Bu çalışmada yetişkinlerin cinsiyete göre öz duyarlılık ölçeğine ait aşırı özdeşleşme puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmaktadır. Kadınların



aşırı özdeşleşme puanları, erkeklerin aşırı özdeşleşme puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

Bu araştırmada yetişkinlerin medeni durumuna göre öz duyarlılık ölçeğine ait paylaşımların bilincinde olma puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmaktadır. Boşanmış yetişkinlerin paylaşımların bilincinde olma düzeyleri, ilişkisi olmayan yetişkinlerin paylaşımların bilincinde olma düzeylerinden yüksek bulunmuştur.

Bu çalışmada kaçınan bağlanma stili ile sosyotropi puanları arasında negatif, kaygılı-kararsız bağlanma biçimi ile sosyotropi puanlarının aralarında pozitif ilişki olduğu görülürken, güvenli bağlanma stiline ise otonomi ile pozitif ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Bu araştırmada bağlanma stilleri ile öz duyarlılık aralarında iki yönlü de ilişkiler bulunmuştur.

Bu araştırmada öz duyarlılık ile sosyotropi- otonomi arasında pozitif ve negatif korelasyonlar vardır.

Bu araştırmada yetişkinlerin üç boyutlu bağlanma stillindeki güvenli bağlanma stilinden ve kaygılı-kararsız bağlanma stilinden aldıkları puanlarının sosyotropiyi pozitif, kaçınan bağlanma stilinden aldıkları puanların ise sosyotropiyi negatif yordamakta olduğu bulunmuştur.

Bu araştırmada yetişkinlerin üç boyutlu bağlanma stillerindeki güvenli bağlanma biçiminden ve kaygılı-kararsız bağlanma stilinden aldıkları puanlarının sosyotropi puanlarını anlamlı ve pozitif yordadığı bulunmuştur.

Bu araştırmada yetişkinlerin öz duyarlılık ölçeğindeki öz sevecenlikten aldıkları puanların otonomiyi puanlarını anlamlı ve negatif, izolasyon, paylaşımların bilincinde olma ve aşırı özdeşleşme puanlarının otonomiyi negatif yordamakta olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların öz duyarlılık ölçeğindeki bilinçlilikten aldıkları puanların otonomiyi negatif yordamakta olduğu bulunmuştur.

## **Öneriler**

Bu araştırma yetişkin bireyler ile gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmanın benzeri, farklı örneklem üzerinde tekrarlanabilir.

Araştırma verileri gönüllü yetişkin bireylerden çevrimiçi platform üzerinden toplanmıştır. Benzer araştırmalar için yüz yüze veri toplayarak çalışma yinelenabilir.

Araştırmanın örneklemini 18- 65 yaş aralığında olan 385 yetişkin oluşturmaktadır. Katılımcı sayısı arttırılmasının daha yararlı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmada kullanılan ölçeklerin soru sayısının fazla olması, katılımcıların sıkılmasına neden olabilir. Soru sayısının az olduğu ölçekler tercih edilmesinin daha yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Bağlanma stillerinin kişinin kişilik özelliklerini ve öz duyarlılık düzeyini etkilemesi göz önüne alındığında, ebeveynlere bu konu hakkında psikoeğitim verilebilir.

### Kaynakça

- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment. Hillsdale, N.J. Lawrence Erlbaum Associates.
- Akdeniz, C. (2020). Ergenlerde yeme tutumunun bağlanma stili, beden algısı ve öz-şefkat açısından incelenmesi / Examination of eating attitude in terms of attachment style, body perception and self-compassion in adolescents. Maltepe Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Akgün, B., M. (2017). Sosyotropi Otonomi Kişilik Özellikleri ve Hemşirelik. Arşiv Kaynak Tarama Dergisi, 26(1), 163-177.
- Akın, Ü., Akın, A. ve Abacı, R. (2007). Öz – Duyarlık Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 33, 1-10.
- Aktaş, A., ve Şahin, M. (2018). Narsisistik Özellik, Öz-Şefkat ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD), 5(6), 367-368.
- Allen, N. B., Horne, D. J. L., & Trinder, J. (1996). Sociotropy, Autonomy, and Dysphoric Emotional Responses to Specific Sources of stress: A Psychophysiological Evolution. Journal of Abnormal Psychology, 105(1), 25-33
- Arslan, C., Sarıcaoğlu, H. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi olma yuvalarının kişilik özelliklerini ve öz-anlayış bakış açısını inceleme. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 13, 4, 2087-2104
- Atak, H. (2013). On-Maddeli Kişilik Ölçeği'nin Türk Kültürü'ne Uyarlanması. Nöropsikiyatri Arşivi. 50, 312- 319
- Atalay, Z. (2019). Şefkat: Zorlayıcı Duygu ve Durumlarla Yaşayabilme Sanatı (4. Basım), İstanbul: İnkılap Yayınevi.

- Atlı, F. (2019). Öğretmenlerin öz-anlayışları ile mesleki tükenmişlikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ayçin Bozkurt, Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri, Aile İçi Eşler Arası Şiddet ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, İstanbul, 2014, s.28 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Bahadır, Ş. (2006). Romantik ilişkilerde bağlanma stilleri, çatışma çözüm stratejileri ve olumsuz duygu durumunu düzenleme arasındaki ilişkinin incelenmesi. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Balık, T. (2017) Sosyotropik ve Otonomik Kişilik Özelliklerine Sahip Yetişkinlerin Stresle Başa Çıkma Tarzı ve Ruhsal Belirtiler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, İstanbul.
- Beck, A. T. (1983). Cognitive therapy of depression: New perspectives. P. J. Clayton & J. E.
- Beck, A.T., Epstein, N., Harrison, R.P., ve Emery, J. (1983). Development of the sociotropyautonomy scale: A measure of personality factors in psychopathology. Philadelphia: University of Pennsylvania.
- Beck, R., Taylor, C., Robbins, M. (2003). Missing Home: Sociotropy and Autonomy and Their Relationship To Psychological Distress and Homesicknessin College Freshmen, Anxiety. Stress and Coping, 16(2), 155-166.
- Barutçu, E., ve Öktem, S. (2003).İs-is Gören Uyumu Açısından Kişilik Özelliklerinin Değerlendirilmesi: Bir Uygulama (Özet kitabı). IX. Ulusal Ergonomi Kongresi, Denizli, s.47
- Barnett (Eds.), Treatment of depression: Old controversies and new approaches. New York: Raven Press.
- Bieling, P. J., Beck, A. T. ve Brown, G. K. (2000). The Sociotropy–Autonomy Scale: Structure and Implications. Cognitive Therapy and Research, 24(6), 763-780.

- Bowlby, J. (1973). Bağlanma ve kayıp: Cilt II: Ayrılık, kaygı ve öfke. Bağlanma ve kayıpta: Cilt II: Ayrılık, kaygı ve öfke (s. 1-429). Londra: Hogarth Press ve Psikanaliz Enstitüsü.
- Bowlby, J. (2012). Bağlanma. (Soylu, T. Çev.). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Bowlby, J. (2013), Bağlanma, çev. Tuğrul Veli Soylu, İstanbul, Pinhan Yayıncılık, 2.Baskı.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28: 759-775.
- Brown, L., Bryant, C., Brown, V., Bei, B. ve Judd, F. (2015). Investigating how menopausal factors and self-compassion shape well-being: An exploratory path analysis. *Maturitas*, 81, 293-299.
- Budak, CF (2017). İnternet bağlantısının yordayıcıları olarak sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ve duygu düzenleme gücü. İstanbul: Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Burger, J. M. (2021). Kişilik. (İ. D. Erguvan Sarıoğlu, Çev.) (7. baskı.). İstanbul: Kaknüs Yayınları
- Clark, D. A., Beck, A. T. ve Brown, G. K. (1992). Sociotropy, Autonomy, and Life Event Perceptions in Dysphoric and Nondysphoric Individuals. *Cognitive Therapy and Research*, 16(6), 635-652.
- Cüceloğlu, D. (2018). İnsan ve davranışı. İstanbul: 36. Baskı, Remzi Kitap Evi. ISBN: 978-975-14- 1869-2
- Charles H. Zeanah vd., "Infant Development and Developmental Risk: A Review of the Past 10 Years", *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 1997, Feb;36(2):165-78.
- Christopher Germer, *The Mindful Path to Self-Compassion*, Çev. Handan Ünlü Haktanır, Diyojen Yayınevi, İstanbul, 2019, s.15.

- Çakır, Z. (2013). Kadın Üniversite Öğrencilerinde Yeme Tutumlarının Mükemmeliyetçilik, Sosyotropi-Otonomi, Üstbilişler, Duygulara İlişkin İnançlar, Duygusal Zorlanmaya Toleranssızlık ve Kaçınma İle İlişkisi: Yatkinlaştırıcı ve Sürdürücü Faktörlere Dayalı Bir Model Önerisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çelik, Ş. (2004). The effects of an attachment-oriented-psychoeducational-group training on improving the preoccupied attachment styles of university students. Unpublished master thesis. Ankara: Middle East Technical University.
- Çetinkaya, E. (2022). Psikolojik esneklik, öz şefkat, algılanan stres ve evlilik kalitesinin bazı demografik değişkenler ve aralarındaki ilişki açısından incelenmesi. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ufuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çevirici, İ. (2014). Evli bireylerin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri ile iç-dış kontrol odağı arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi. 1-83
- Çoban, Y. (2021). Öz-şefkat ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1(2), 128-139.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2018). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 59(3), 182-195.
- Demir, S. D. (2019). Yetişkinlerde bağlanma stilleri ile sürekli kaygı düzeyi ve sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi.
- Deniz, M. E., Arslan, C., Özyeşil, Z., İzmirli, M. (2012). Öz-anlayış, yaşam doyumu, negatif ve pozitif duygu: Türk ve diğer ülke üniversite öğrencileri arasında bir karşılaştırma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 428- 446. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/19396/206066> adresinden alındı.

- Dill, K. E., Anderson, C. A., and Anderson, K. B. (1997). Effects of Aggressive Personality on Social Expectations and Social Perceptions, *Journal of Research in Personality*, 31(2), 272-292
- Doğan, H. (2010). Evli bireylerin sosyotropik otonomik kişilik özellikleriyle evliliklerinde çatışma yaşama durumları arasındaki ilişki. (yüksek lisans tezi). ukurova Üniversitesi. Adana
- Dozois D.J.A., Beck A.T., (2008). *Cognitive Schemas, Beliefs and Assumptions*, Elsevier, Oxford
- Erdoğan, İ. (1994). *İşletmelerde Davranış*. Beta Basım Yayım Dağıtım A.ř. 4. Basım.İstanbul.
- Eroğlu, F. (2004). *Davranış Bilimleri*. İstanbul: Beta Basım A.ř.
- Erzkan, A. (2004). Lise ğrencilerinin Sosyal Karşılaştırma ve Depresyon Dzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, *Muğla Üniversitesi SBE Dergisi*, 13, 1-18.
- Erzen, E. (2016). Uc boyutlu baglanma stilleri olcegi [Three dimensional attachment style scale]. *Inonu Universitesi Egitim Fakultesi Dergisi*, 17(3), 1-21.
- Ewen RB. *An Introduction to Theories of Personality*, 7th ed. East Sussex, UK, Psychology Press, 2009.
- Fraley, R. C. (2019). Attachment in Adulthood. *Current Directions in Psychological Science*, 28(2), 131-136.
- Gentan, Engin (2017). "Psikanaliz ve Sonrası", Metis Yayınları, İstanbul.
- Germer, C. K. ve Neff, K. D. (2013). Self compassion in clinical practice. *Journal of Clinical Psychology*, 69(8), 856-867.
- Gilbert, P., Procter,S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self- criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 353- 379.

- Gorski J, Young MA. Sociotropy/autonomy, selfconstrual, response style, and gender in adolescents. *Pers Individ Diff*. 2002;32:463-78.
- Güngör, D. (2000). Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında ana babalık stillerinin rolü (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hazan, C. & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 1, 1-22.
- Hellriegel, D. ve Slocum, J. W. 2009. *Organizational Behaviour* (12nd Ed.). Mason, OH: South-Western Centrage Learning.
- İstengel, A.Malkoç (2006). Okul Rehber Öğretmenlerinin Kişilik Özellikleri Ve İş Stresleri Arasındaki İlişki Düzeyinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kabakçı, E. (2001). “Üniversite öğrencilerinde sosyotropik/otonomik kişilik özellikleri,yaşam olayları ve depresif belirtiler”, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 12(4): 273–282.
- Karabacak, A. & Demir, M. (2017). Özerklik, bağlanma stilleri, bilinçli farkındalık ve duygu düzenleme arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(23), 271-291.  
<https://dergipark.org.tr/en/pub/befdergi/issue/30012/323202>
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kart, M. E. (2014). Yetişkin bağlanma stilleri ve çalışma davranışı: Hekimlerle yapılan bir çalışma. *Mülkiye Dergisi*, 28(245), 89-123.
- Kaya N., Aştı T., Acaroğlu R., Kaya H. ve Şendir M., (2006). Hemşire öğrencilerin sosyotropik-otonomik kişilik özellikleri ve ilişkili faktörlerin incelenmesi. *Cumhuriyet Üniversitesi, Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 10 (3), 1-11.
- Kelly, G. A. (1955). *The Psychology of Personal Constructs*. New York: Norton



- Korkmaz, B. (2018). Öz-duyarlılık: Psikolojik belirtiler ile ilişkisi ve psikoterapide kullanımı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 10 (1), 40-58.
- Konyalıoğlu, Advıye Pınar, *Üniversite Öğrencilerinin Duygusal İlişki Bağlanma Tarzları ile Kişilik Tipleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2002, Yüksek Lisans.
- Kuzgun Y. Kendini gerçekleştirme. Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi 1972; 10:162-172.
- Küçük, M. (2020). Yetişkinlerin öz şefkat, bağlanma stilleri ve psikolojik iyi oluş özelliklerinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Kwapil, T. R., Brown, L. H., Silvia, P. J., Myin-Germeys, I., & Barrantes-Vidal, N. (2018). The expression of personality through the pursuit of leisure activities: Associations with socio-demographic variables and psychiatric symptoms. *Journal of Personality*, 86(5), 888-900.
- Kristen Neff, "The Role of Self-Compassion in Development: A Healthier Way to Relate to Oneself", *Human Development*, 2009, 52, 211-214, p.213.
- Lynch, T. R., Robins, C. J. and Morse, J. Q. (2007). Couple functioning in depression: The roles of sociotropy and autonomy, *J Clin Psychol*, 19 Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (57), 113
- Mazure, C. M., Raghavan, C., Maciejewski, P. K., Jacobs, S. C., & Bruce, M. L. (2001). Cognitive-Personality Characteristics As Direct Predictors of Unipolar Major Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(2), 215-225.
- Mischel W. (1973). Toward a cognitive social learning reconceptualization of personality. *Psychological Review*, 80, 252–283.
- Morris, C., G. (2002). Psikolojiyi Anlamak. Ayvaşık, H., B., Sayıl, M. (Çev.). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

- Morsünbül, Ü. ve Çok, F. (2011). Bağlanma ve İlişkili Değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.
- Neff, K. (2003a). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self and Identity*, 2: 85-101, 2003.
- Neff, K. (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure SelfCompassion. *Self and Identity*, 2: 223-250, 2003.
- Neff, K. D. (2004). Self-compassion and psychological well-being. *Constructivism in the Human Sciences*, 9(2), 27-37.
- Neff, K. D. & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225-240. Doi : 10.1080/15298860902979307.
- Neff, K. D., Tóth-Király, I., Yarnell, L. M., Arimitsu, K., Castilho, P., Ghorbani, N., et al. (2019). Examining the factor structure of the Self-Compassion Scale in 20 diverse samples: Support for use of a total score and six subscale scores. *Psychological Assessment*, 31(1), 27-45. doi:10.1037/pas0000629
- Noftle, E., E., Shaver, P.R. (2006). Attachment Dimensions and the Big Five Personality Traits: Associations and Comparative Ability to Predict Relationship quality, *Journal of Research in Personality*, 40,179–208.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of abnormal psychology*, 100(4), 569.
- Özcan, S. (2010). Ergenlerin Kendilik Algılarının Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörlerle İlişkisi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*. Haziran 2010. Cilt:VII, Sayı:I, 1-19
- Özdemir O, Güzel Özdemir P, Kadak MT, Nasıroğlu S. Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 4(4);566-589, 2012.
- Özsoy, E. ve Yıldız, G. (2013). Kişilik kavramının örgütler açısından önemi: Bir literatür taraması. *İşletme Bilimi Dergisi*, 1(2), 1-12.

- Özyeşil, Z. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Öz-anlayış Düzeylerinin Bilinçli Farkındalık Kişilik Özellikleri ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Sabuncuoğlu O, Berkem M. Bağlanma biçimi ve doğum sonrası depresyon belirtileri arasındaki ilişki: Türkiye'den bulgular. Turk Psikiyatri Derg 2006; 17:252-258.
- Sato, T., McCann, D.(1998). Individual difference in relatedness and individuality: An exploration of two constructs, Pers Indiv Differ, 24, 847–859.
- Sato, T. (2003). Sociotropy and autonomy: The nature of vulnerability. The Journal of Psychology, 137(5), 447–466.
- Schmitz, P.G. (2004). On the alternative five-factor model: structure and correlates. On the Psychobiology of Personality, 65- 87. Oxford: Elsevier.
- Serinkan, C. ve Barutçu, E. (2006). Pamukkale Üniversitesi İİBF öğrencilerinin kariyer planları ve sosyotropi-otonomi kişilik özelliklerine ilişkin bir araştırma. Afyon Kocatepe Üniversitesi, İ.İ.B.F. Dergisi, 8(2), 317- 339.
- Shorey, H. S., & Snyder, C. R. (2006). The role of adult attachment styles in psychopathology and psychotherapy outcomes. Review of General Psychology, 10(1), 1-20.
- Simpson Ja, Rholes Ws, Campbell L Ve Ark. (2003). Adult attachment, The Transition To Parenthood, And Depressive Symptoms. J Pers Soc Psychol, 84:1172-1187
- Soysal AŞ, Bodur Ş, İşeri S. Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. Klinik Psikiyatri 2005; 8: 88-9.
- Sümer, N. Ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örnekleme üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. Türk Psikoloji Dergisi. 14(43), 71-106
- Sümer, A.S. (2008). Farklı Öz-Anlayış (Self Compassion) Düzeylerine Sahip Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Anksiyete ve Stresin Değerlendirilmesi.

Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- Şahin, N. H., Ulusoy, M., & Şahin, N. (1992). Exploring the sociotropy- autonomy dimensions in a sample of Turkish psychiatric patients. World Congress of Cognitive Therapy, Haziran 17-21, Toronto, Canada.
- Şahin, N. H., Ulusoy, M., & Şahin, N. (1993). Exploring the sociotropy-autonomy dimensions in a sample of Turkish psychiatric inpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 49(6), 751-763.
- Roach, Paul David. (2006). Evolutionary Theory and Birth Order Effects on Big Five Personality Traits Among the Shuar of Amazonian Ecuador: The First CrossCultural Test. Doctorate Dissertation, University of Oregon, Oregon.
- Roberts, B. W., Walton, K. E., & Viechtbauer, W. (2021). Patterns of personality development across the life course: A longitudinal analysis of self-reported trait data. *Journal of Personality and Social Psychology*, 120(3), 718-736.
- Robins, C.J., Bagby, R.M., Rector, N.A., Lynch, T.R., Kennedy, S.H.(1997). Sociotropy, autonomy and patterns of symptoms in patients with major depression: a comparison of dimensional and categorical approaches. *Cognitive Therapy and Research*. 21(3), 285-300.
- Robins, C. J., Block, P., & Peselow, E. D. (1989). Relations of sociotropic and autonomous personality characteristics to specific symptoms in depressed patients. *Journal of Abnormal Psychology*, 98(1), 86–88
- Serinkan C. ve Barutçu E., (2006). Pamukkale üniversitesi İİBF öğrencilerinin kariyer planları ve sosyotropi-otonomi kişilik özelliklerine ilişkin bir araştırma. *Afyon Kocatepe Üniversitesi, İİBF Dergisi VIII (2)*, 317-339.
- Shi, W., Zhang, K., Sun, Y., Wang, Y., & Wang, L. (2020). Adult attachment, personality traits and psychopathology: A structural equation modeling analysis. *Personality and Individual Differences*, 159, 109884.

- Taymur, İ., Türkçapar, M., H. (2012). Kişilik: Tanımı, Sınıflaması ve Değerlendirmesi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(2),154-177.
- Türk, E. M., (2019). Ergenlerde sosyal medya kullanımının bağlanma stilleri, akran ilişkileri ve kişilik bozuklukları ile ilişkisinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Yakın Doğu Üniversitesi.
- Türkçapar, M. H. (2014). Bilişsel terapi. Ankara: HYB Yayıncılık.
- Tüzün, O. & Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1): 24-39.
- Uyanık, N. ve, Çevik, Ö. (2020). Öz-Şefkat Gelişiminde Bilişsel Formülasyonun Rolü. *International Journal of Current Approaches in Language, Education and Social Sciences*. 2.2, 660-674.
- Uzbaş Uğur, Esra. The Relationship Between Attachment Styles, Self Compassion, Coping Styles and Psychological Symptoms among University Students, Master's Thesis, Ankara, 2021
- Üngüren, E. (2011). Psikobiyolojik Kişilik Kuramı Ekseninde Yöneticilerin Kişilik Özellikleri, Karar Verme Stilleri Ve Örgütsel Sonuçlara Yansımaları. Yayımlanmamış doktora tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Wei, M., Su, J. C., Carrera, S., Lin, S. P., & Yi, F. (2016). Testing attachment style and trait personality as predictors of social anxiety and depression during the college transition. *Journal of Counseling Psychology*, 63(3), 283-293.
- Yağbasanlar, O. (2017). Kavramsal Bir Bakış: Öz-Şefkat. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, Cilt:6 Sayı:2, No:10.
- Yardan, D. E. ve Dikmetaş, H. (2013). Hastane çalışanlarının sosyotropi-otonomi kişilik özellikleri ile psikolojik sözleşme algılamaları. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 12(1), 134- 145.
- Yazgan İnanç, B. ve Yerlikaya, E. (2012). Kişilik kuramları (6. Baskı.). Ankara: Pegem Akademi.

Yıldırım, M., & Sarı, T. (2018). Öz-Şefkat Ölçeği Kısa Formu'nun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 18(4), 2502-2517.

Yıldızhan, E. (2017). Bağlanma teorisi ve bağlanma bozukluklarına genel bir bakış. Anadolu Kliniği Tıp Bilimleri Dergisi, 22(1), 66-72.

Yörükoğlu, Atalay; Gençlik Çağı, 11. Basım, Özgür Yayınları, İstanbul, 2000

## Ekler

### Ek- 1 Katılımcı Bilgilendirme Formu

#### KATILIMCI BİLGİLENDİRME FORMU

Değerli Katılımcı, bu tez çalışması Dr. Ayşe Buran danışmanlığında Yakın Doğu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Psikolog Ezgi Uçkun tarafından yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik-otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesi amacıyla yürütülen bir tez çalışmasıdır.

Ölçekler ve bilgi formu doldurulurken isim yazılmayacaktır ve verdiğiniz tüm cevaplar aydınlatma formunda belirtilen ölçülerde gizli kalacaktır.

Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına bağlıdır.

Araştırma sonuçları bireysel bilgi olarak değil, grup ortalaması olarak bilimsel raporda kullanılacaktır.

Eğer çalışmayla ilgili bir şikayetiniz, görüşünüz veya sorunuz varsa bunu çalışmanın araştırmacısı Psikolog Ezgi Uçkun'a iletebilirsiniz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Psikolog Ezgi Uçkun

[uckunezgi.1@hotmail.com](mailto:uckunezgi.1@hotmail.com)

Yakın Doğu Üniversitesi- Klinik Psikoloji Bölümü

Lefkoşa

## Ek- 2 Aydınlatılmış Onam Formu

### AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Değerli Katılımcı, bu tez çalışması Dr. Ayşe Buran danışmanlığında Yakın Doğu Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans programı öğrencisi Psikolog Ezgi Uçkun tarafından yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik-otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesi amacıyla yürütülen bir tez çalışmasıdır.

Bu araştırmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına bağlıdır. Aşağıdaki onay kutucuğunu “onaylıyorum” şeklinde işaretlerseniz araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul etmiş sayılırsınız. Araştırma kapsamında kimlik bilgileri gibi özel bilgiler istenmemektedir. Bu çalışma süresince toplanan veriler yalnızca akademik araştırma amacı ile kullanılacaktır ve yalnızca ulusal/uluslararası akademik toplantılarda ve/veya yayınlarda sunulacaktır. Araştırmadan herhangi bir sebeple ayrılmak isterseniz, araştırma ekibi ile aşağıda yer alan bilgileri kullanarak iletişime geçebilirsiniz. Uygulama yaklaşık olarak 10-15 dakika sürmektedir. Çalışmaya katılmayı kabul edip, ölçek maddelerini doldurmaya başladıktan sonra herhangi bir nedenle bataryayı tamamlamak istemezseniz, ölçeği yarıda bırakıp süreci sonlandırabilirsiniz. Eğer çalışmayla ilgili bir şikayetiniz, görüşünüz veya sorunuz olursa bunu çalışmanın araştırmacısı Psikolog Ezgi Uçkun’a iletebilirsiniz. İlginiz ve katılımınız için şimdiden teşekkür eder, saygılar sunarız.

Psikolog Ezgi Uçkun  
[Uckunezgi.1@hotmail.com](mailto:Uckunezgi.1@hotmail.com)  
 Yakın Doğu Üniversitesi  
 Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
 Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Bölümü  
 Lefkoşa



## Ek-3 Kişisel Bilgi Formu

### KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Yaşınız

2. Medeni Durumunuz

a) Evli b) Bekar c) İlişkisi var c) İlişkisi yok d) Boşanmış

3. Cinsiyetiniz

a) Kadın b) Erkek c) Diğer

4) Yaşadığınız Yer

-----

5) Mesleğiniz

-----

## Ek-4 Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçeği

### ÜÇ BOYUTLU BAĞLANMA STİLLERİ ÖLÇEĞİ

		Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1	Karşımdaki insanlar benim kadar değerli değiller.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2	Birisiyle çok fazla samimi olduğumda sorun çıkabileceğinden kaygılanıyorum.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3	Karar alırken kimseyi önemsemem.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Ek-5 Öz Duyarlılık Ölçeği

### Öz Duyarlılık Ölçeği

1	Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
3	Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
5	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi	1	2	3	4	5


## Ek-6 Sosyotropi-Otonomi Ölçeği

SOÖ

Aşağıda bir dizi ifade verilmektedir. Lütfen her ifadeyi okuduktan sonra o ifadenin sizi ne kadar iyi tanımladığını yandaki derecelendirilmiş cetvel üzerinde işaretleyiniz.

Aşağıdaki ifade sizi ne kadar tanımlıyor?	%0	%25	%50	%75	%100
1. Kendimi diğer insanlara hep iyi davranmak zorundaymış gibi hissederim	( )	( )	( )	( )	( )
2.Özgür ve bağımsız olmak benim için çok önemlidir	( )	( )	( )	( )	( )
3. iyi bir iş yaptığımda bunu benim bilmem, başkalarının bilmesinden daha önemlidir	( )	( )	( )	( )	( )

## Ek- 7 Üç Boyutlu Bağlanma Stilleri Ölçek İzni

 **evren erzen** 10:22  
Kime: Ezgi Uçkun >

### Ynt: Ölçek izin

Merhabalar  
Ölçeği çalışmanızda kullanmanızdan memnuniyet duyarım. Ölçekle ilgili psikometrik özellikler makalede yer alıyor. Ölçek maddeleri ise makalenin sonunda bulunuyor. Ayrıca yardımcı olabileceğim bir konu olursa bana ulaşabilirsiniz.

Çalışmalarınızda başarılar diliyorum.

İyi çalışmalar

Dr. Evren ERZEN

Ölçekte her bir bireyin bağlanma stilini ayrı ayrı belirlemeyi amaçlıyorsanız bir bireyin sahip olduğu en yüksek bağlanma stili puanını belirliyorsunuz ve o kişi hangi bağlanma stilinden en yüksek puanı aldıysa o bağlanma stiline sahip olarak kabul ediliyor. Eğer bireyin bağlanma stiliyle sürekli verileri analize sokacaksanız her bir bağlanma stilinin toplam puanını almanız yeterli olacaktır. Burada dikkat edilecek tek nokta tüm bağlanma stillerinin ayrı ayrı toplam

**EK-8 Öz Duyarlılık Ölçeği Ölçek İzni**

**AA** AHMET AKIN 5.09.2022  
Kime: Ezgi Uçkun > 

**Ynt: Ölçek izin**

Kullanabilirsiniz iyi çalışmalar

Prof. Dr. Ahmet Akın  
İstanbul Medeniyet University  
Faculty of Educational Sciences  
Department of Psychological counseling

---

**Gönderen:** Ezgi Uçkun <[Uckunezgi.1@hotmail.com](mailto:Uckunezgi.1@hotmail.com)>  
**Gönderildi:** 30 Ağustos 2022 Salı 23:13:13  
**Kime:** AHMET AKIN  
**Konu:** Ölçek izin

**Ek- 9 Sosyotropi - Otonomi Ölçeği İzin**

**GT** **Gulsen T.** 01:09  
Kime: uckunezgi.1@hotmail.com >

**olcek izni**

Merhaba Ezgi,  
Sosyotropi-Otonomi  
Ölçeği'ni araştırma amaçlı olarak  
kullanmanızda benim açımdan bir  
sakınca bulunmamaktadır. Ancak sizden  
önemli ricam, Ölçeğin başka  
kopyalarını değil, size gönderdiğim  
kopyasını ve ölçeğin ikinci  
sayfasındaki kaynakları da  
kullanmanızdır. Ayrıca, Envanterin  
orjinalinin Beck, Epstein, Harrison  
ve Emery (1983) tarafından  
geliştirilmiş olduğu bilgisiyle  
gerekli referansın da çalışmanızda  
verilmesi gerekecektir. Çalışmanızda  
başarılar dilerim.

Nesrin Hisli Sahin, PhD  
Adjunct Professor  
School of Psychology & Counseling  
Fairleigh Dickinson University  
285 Madison Ave

## Ek- 10 İntihal Raporu

### YETİŞKİNLERDE BAĞLANMA STİLLERİ, ÖZ DUYARLILIK VE SOSYOTROPİK- OTONOMİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

#### ORIGINALITY REPORT

<b>15%</b>	<b>13%</b>	<b>7%</b>	<b>8%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

#### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>docs.neu.edu.tr</b> Internet Source	<b>7%</b>
<b>2</b>	<b>acikbilim.yok.gov.tr</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Istanbul Gelisim University</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>dergipark.org.tr</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>pure.manchester.ac.uk</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>KARABACAK, Aynur and DEMİR, Meva.</b> <b>"Özerklik, Bağlanma Stilleri, Bilinçli Farkındalık ve Duygu Düzenleme Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi", BAYBURT UNIVERSITESI, 2017.</b> Publication	<b>&lt;1%</b>
<b>7</b>	<b>acikerisim.karatay.edu.tr:8080</b> Internet Source	<b>&lt;1%</b>



## EK- 11 Etik Kurul Başvuru Formu



### BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

09.06.2023

Sayın Ezgi Uçkun

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2022/1379 proje numaralı ve "Yetişkinlerde bağlanma stilleri, öz duyarlılık ve sosyotropik- otonomik kişilik özelliklerinin incelenmesi" başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.



Prof. Dr. Aşkın KIRAZ

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Koordinatörü

## Özgeçmiş

Ezgi Uçkun 1997 yılında Sakarya’da doğmuştur. Şehit Üsteğmen İbrahim Abanoz Anadolu lisesinde eğitimini tamamladıktan sonra, 2015 yılında Girne Amerikan Üniversitesi Psikoloji (İngilizce) bölümünü kazanmıştır. Bir yıl İngilizce hazırlık okuduktan sonra bölüme başlamıştır ve 2020 yılında Girne Amerikan Üniversitesinden mezun olmuştur. Lisans eğitimi sırasında birçok yerde staj yapmıştır. Özel danışmanlık merkezlerinde, özel hastanelerde ve devlet hastanelerinde stajyer psikolog olarak deneyimler elde etmiştir. 2018 Yılında Sakarya Yenikent Devlet Hastanesinde staj yaparken birçok vakayı gözlemlene ve test uygulama şansına sahip olmuştur. 2022 yılında Sakarya Özel Bilge Hastanesinde staj yaparken hasta görüşmelerini gözlemlemiştir. Özel Danışmanlık merkezlerinde yardımcı terapist olarak çocuk ve aile görüşmelerinde aktif rol almış ve çocuk atölyelerine katılmıştır. 2022 yılında Yakın Doğu Üniversitesinde Klinik Psikoloji Yüksek Lisansa başlamıştır. Bu sürede birçok seminere ve eğitime katılmıştır. Prof. Dr. Ebru Şalcıoğlundan Bilişsel Davranışçı Terapi eğitimi tamamlamıştır. Ayrıca çocuklar için değerlendirme kullanılan objektif ve projektif eğitimini uygulamalı sertifikalar olarak almıştır.