

RESEARCH ARTICLE / ARAŞTIRMA YAZISI

Kaygılı ve Kaçınan Bağlanma Örüntülerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Duygusal Şemalarla Olan İlişkinin İncelenmesi

Saime Serpil ÖZGÜL¹, Volkan DEMİR², Hüseyin ÜNÜBOL³

Özet: Bu çalışmanın amacı kaçınan ve kaygılı bağlanma örüntülerinin duygusal şemalarla olan ilişkisinin araştırılmasıdır. Araştırmaya 425'i kadın 307'si erkek olmak üzere toplam 732 kişi katılmıştır. Katılımcılara Sosyodemografik Veri Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri-II ve Leahy Duygusal Şema Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler kullanılmış olup, hipotez testlerinin uygulamasında normal dağılım varsayımları dikkate alınmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkinin incelenmesinde Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır. Çalışma sonucuna göre; yapılan istatistiksel analiz sonuçları incelendiğinde kişilerin kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerinin duygusal şemalarıyla bağlantılı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerde bağlanma stillerinin duygusal şemalarla olan ilişkisi cinsiyete göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Bireylerde bağlanma stillerinin cinsiyete göre de farklılık gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak kadın ve erkeklerin bağlanma stillerinin duygusal şemalarla ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Sözcükler: Bağlanma, Kaygılı bağlanma, Kaçınan bağlanma, Duygusal şema.

Examination of The Relation of Anxious and Avoidant Attachment Styles with Emotional Schemes According to Gender

Abstract: The purpose of this study is to analyze the relationship between anxious-avoidant attachment styles and emotional schemes. In total, 732 attendees, 425 of which were female and 307 of which were male, participated in this research. Sociodemographic Data Form, Experiences in Close Relationships-II and Leahy Emotional Schema Scale were applied to all participants. Descriptive statistical methods were used in the evaluation of the data and the normal distribution assumptions were taken into account in the application of hypothesis tests. Spearman Correlation analysis was used to examine the relationship between the scales. According to the results of the study; When the results of statistical analysis were examined, it was concluded that individuals were related to emotional schemas of anxious and avoidant attachment patterns. It is also inferred that the relationship between attachment styles and emotional schemes varies according to the gender. Findings reveal that attachment styles also vary according to the gender. Consequently, it is detected that male and female attachment styles are related with emotional schemes.

Keywords: Attachment, Anxious attachment, Avoidant attachment, Emotional schemes.

¹Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Bölümü

²Üsküdar Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Doktora Öğrencisi,

³Üsküdar Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi

Address of correspondence/ Yazışma Adresi: MSc Volkan Demir, Doktora Öğrencisi, Üsküdar Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, Türkiye. Email: demir.volkan@outlook.com

Date of received/ Geliş Tarihi: 08.09.2019, **Date of Revision/ Düzeltme Tarihi:** 30.10.2019, **Date of acceptance/ Kabul Tarihi:** 04.11.2019

Citing/ Referans Gösterimi: Özgül, S.S., Demir, V., Ünübol, H.,(2019). Kaygılı ve Kaçınan Bağlanma Örüntülerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Duygusal Şemalarla Olan İlişkinin İncelenmesi. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 1 (3): 173-9 doi:10.35365/ctjpp.19.1.22

Giriş

Doğumdan ölüme kadar devam eden bir süreç olarak tanımlanan bağlanma (Bowlby 1973), bebeklik döneminden itibaren şekillenmeye başlar ve yetişkinlik yaşamını doğrudan etkiler. Bağlanma, bebek ve anne arasında kurulmuş olan duygusal bağın yapısı ve işlevlerine odaklanan klinik, gelişimsel bir yaklaşım olarak ifade edilmektedir (Bowlby, 1973; Ainsworth, 1989). Bağlanma kuramına göre, bakım sağlayan birey ile bebeğin kurmuş olduğu duygusal bağ, kişilik gelişimini etkileyen önemli yapılardan biridir (Bowlby, 1988). Bowlby (1951) tarafından hazırlanan Dünya Sağlık Örgütü raporunda, bebeğin yaşamının ilk üç yılında bakım veren kişiden mahrum kalmasının fiziksel ve ruhsal hastalıklara yatkın olmasına yol açtığı yer almaktadır. Bowlby (1958) ve Ainsworth (1989) yapmış oldukları araştırmalarda güvenli, kaygılı/kararsız ve kaçınmacı olmak üzere üç temel bağlanma biçimi üzerinde durmuşlardır. Bartholomew ve Horowitz (1991) bu bağlanma biçimlerine ek olarak Bowlby'nin bağlanma teorisinden yola çıkarak, dört tür yetişkin bağlanma stilini ortaya koymuşlardır. Bu teoriye göre, güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu olmak üzere dört bağlanma stili bulunmaktadır.

Son dönem yapılan araştırmalarda, yetişkin bağlanma örüntüleri kaygı ve kaçınma boyutları biçiminde kavramsallaştırılmıştır (Mikulincer ve Shaver, 2007). Bireyin terk edilmeye ve reddedilmeye yönelik yaşadığı endişe kaygı boyutunu temsil ederken yakınlık ve bağlılığa ilişkin yaşadığı endişe ise kaçınma boyutunu temsil etmektedir (Brennan ve ark., 1998). Kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip kişilerin anksiyete düzeyleri yüksek, kaçınma düzeyleri düşüktür. Kaçınmacı bağlanma örüntüsüne sahip bireylerin anksiyete düzeyleri düşük, kaçınma düzeyleri ise yüksektir. Bağlanmanın kaygı ve korku boyutundan düşük puan alanların, diğer bireyleri güven veren, kendilerinin sevilebilir olduklarını ve yardım ihtiyacı hissettiklerinde karşı taraftan yardım alabileceklerine dair beklenti içerisinde oldukları görülmüştür. Bağlanma örüntüsünün kaygı ve korku alanından yüksek puan alanların ise diğer bireyleri güvenilir olmayan, kendilerini sevmeye değer olmadıklarını ve yardım ihtiyacı hissettiklerinde yardım alamayacaklarına ilişkin inançlarının olduğu görülmüştür (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Kaçınmacı bağlanan kişilerin zor bir durum karşısında duygularını bastırdıkları ya da tek bir duygu düzenleme biçimi kullandıkları, kaygılı bağlanan kişilerin ise zorlantılı duygularını abartarak dışa vurdukları görülmektedir (Şencan, 2015).

Piaget tarafından 1961 yılında ilk kez kullanılan şema kavramı; bireylerin olay, nesne ya da davranışları kendi zihinlerinde gruplayarak organize etmiş olduğu genel kavramdır (Young klosko ve Weishaar, 2003). Bu kavram erken dönemde bireyin sağlıklı bir gelişim göstermesi için çocuğun temel duygusal gereksinimlerinin olduğunu öne sürmektedir. Bu gereksinimler, diğer bireylere güvenli bağlanma, özerklik, yetkinlik ve kimlik algısı, duyguların ve ihtiyaçların net bir yolla dışa vurması, açık, akılcı sınırlar ve özenetim olarak ifade edilmektedir. Bakım veren bireylerle erken dönemde istismar ve ihmal gibi

deneyimlerin yaşantılanması, temel ihtiyaçların karşılanmaması ya da gereğinden fazla karşılanması neticesinde erken dönem uyum bozucu şemalar ortaya çıkmaktadır (Young, 1999; Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Young'a göre bireyin erken dönem hoş olmayan yaşantılar deneyimlemesi bireyde uyumsuz erken dönem şemalarının oluşmasına sebep olmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Young'ın ortaya attığı erken dönem uyum bozucu şema modelinin yanında Leahy birçok ruhsal hastalığın temelinde duyguların etkili olduğu görüşünü ortaya koymuş ve bu nedenle duygusal şema modelini geliştirmiştir. Duygusal şema modelinde, olumsuz bir duygu deneyimlendiğinde, duyguya ilişkin dikkatin ortaya çıkması ilk basamağı oluşturur. İkinci basamak ise, duygudan duygusal ve bilişsel kaçınmadır (Leahy, 2006). Bu kaçınma; yeme bozuklukları, alkol bağımlılığı, disosiyatif bozukluklar biçiminde ortaya çıkabilir (Leahy, 2007).

Bağlanma kuramı bir duygu düzenleme kuramıdır (Kobak ve Sceery, 1988; Feeney, 1995). Duygu düzenleme, duygunun kendisi, yoğunluğu, devam süresi gibi unsurları (Gross 1998; Thompson, 1994) ve bellek, iletişim gibi diğer ruhsal süreçleri içerir (Cole, Martin ve Dennis, 2004). Psikolojik iyi oluş ve duygular arasındaki ilişki araştırıldığında, duyguları kabul etme ve duygulara yönelik şemaların iyi oluş değişkeniyle anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Leahy, 2003). Duygusal şemalar, borderline kişilik örgütlenmesi (Linehan, 1993), kronik yorgunluk sendromu (Surawy, Hackmann, Hawton ve Sharpe, 1995), travma sonrası stres bozukluğu (Ehlers ve Clark, 2000), depresif belirtiler (Cramer, Gallant ve Langlois, 2005) gibi ruhsal rahatsızlıklar ile ilişkilidir.

Bu araştırmada kadın ve erkeklerdeki yetişkin bağlanma örüntülerinin duygusal şemalarla olan ilişkisi incelenmiştir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranacaktır:

Kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerinde cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılıklar var mıdır?

Duygusal şemalardan elde edilen puanlarda cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılıklar var mıdır?

Yöntem

Araştırma Modeli

Kadın ve erkeklerdeki yetişkin bağlanma örüntülerinin duygusal şemalarla olan ilişkisini belirlemek amacıyla çalışmada survey (tarama) modellerinden biri olan ilişkisel tarama kullanılmıştır. İlişkisel tarama, en az iki durum ya da değişken arasındaki korelasyonu ortaya koymada kullanılan araştırma modelidir. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 1998).

Araştırmanın Örnekleme

Araştırmanın örneklemini rastlantısal bir şekilde üniversite öğrencisi ve mezunu, 425'i kadın 307'si erkek toplam 732 kişi oluşturmaktadır. Araştırma grubunun sosyo-demografik özelliklerine ilişkin istatistiksel veriler aşağıda yer almaktadır:

Tablo 1 Sosyo-Demografik Özelliklere İlişkin Dağılımlar

N=732		N	%
Cinsiyet	Kadın	425	58
	Erkek	307	42
Yaş	29 Yaş Altı	440	60
	29 Yaş ve Üstü	292	40
Eğitim Durumu	Üniversite	636	87
	Yüksek lisans	96	13

Araştırmaya katılan kişilerin cinsiyet dağılımlarına baktığımızda; 425 (%58) kadın ve 307 (%42) erkek olduğu gözlenmiştir. Araştırma grubunun yaş ortalaması 29 olup, 29 yaş altında olan 440 (%60) kişi, 29 yaş ve üstünde 292 (%40) kişi olduğu gözlenmiştir. Üniversite mezunu olan 636 (%87) kişi ve eğitimi yüksek lisans olan 96 (%13) kişi olduğu gözlenmiştir.

Verilerin Toplanması

Bu çalışmada, Sosyodemografik Veri Formu, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II ve Leahy Duygusal Şema Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeklerin psikometrik özellikleri aşağıda yer almaktadır.

Sosyodemografik Veri Formu

Katılımcılara verilen bu form sosyo-demografik özellikleri sorgulamak amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Bu form ile yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, medeni durum, alkol-madde kullanımı ve diğer fiziksel hastalıkları sorgulanmıştır.

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II

Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE-II), Fraley, Waller ve Brennan tarafından 2000 yılında yakın ilişkilerde bağlanmayı ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, 18'i kaygı 18'i ise kaçınma olarak ölçmek üzere toplam 36 maddeden oluşan likert tipi bir envanterdir. İki alt boyuttan da alınan puan 18 ile 126 aralığında değişim göstermekte ve ölçekten elde edilecek toplam puan yükseldikçe "bağlanmaya ilişkin kaçınma" ya da "bağlanma ilişkin kaygının" düzeyinin arttığına işaret etmektedir. Kaygı boyutunda "İlişkilerimi kafama çok takarım." ve kaçınma boyutunda "Romantik ilişkide olduğum kişilere yakın olma konusunda çok rahatımdır" gibi maddeler yer almaktadır. Kaygı alt boyutunda bireylerin yakın ilişkilerine yönelik yakın olma arzuları, reddedilme ve terk edilme korkuları değerlendirilmektedir. Kaçınma alt boyutunda ise bireylerin yakın ilişkilerinde mesafeye ihtiyaç duyma, yakınlık kurma ve bağlılıktan duyduğu hoşnutsuzluk düzeyleri değerlendirilmektedir. Katılımcılar kendilerine en uygun yanıtı romantik ilişkilerindeki duygu ve düşünceleri ne ölçüde yansıttığına bağlı olarak 1 ile 7 puan aralığında değerlendirmektedir. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Selçuk, Günaydın, Sümer ve Uysal (2005) tarafından yapılmıştır. Analiz sonuçları ölçeğin orijinal ölçekte olduğu gibi kaçınma ile kaygı olmak üzere iki boyuttan oluştuğunu göstermektedir. Kaygılı ve kaçınma boyutları için Cronbach alpha katsayısı sırasıyla .86 ve .90 olarak belirlenmiştir. Kaygı boyutu için test-tekrar-test güvenilirliği .82 ve kaçınma boyutu için .81 olarak bulunmuştur.

Leahy Duygusal Şema Ölçeği

Orijinal adı "Leahy Emotional Schema Scale (LESS) olan LDSÖ, Robert L. Leahy (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek 50 maddeden ve her biri 2 ile 7 maddeden oluşan, 14 alt şemadan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar; uyum bozucu olan şema alt boyutları kontrol edilemezlik, duygulara karşı zayıflık, duygulardan kaçınma, akılcılık, ruminasyon, farklılık, duyguları inkâr, süreklilik, uzlaş, duyguları zararlı olarak görme ve suçluluk iken; anlaşılabilirlik, hisleri kabullenme ve onaylanma alt boyutları uyumlu emosyonel şemaları ifade etmek için kullanılmaktadır. Katılımcılar her bir maddenin kendilerine ne kadar uyduğunu 1 (benim için geçerli değil) veya 6 (benim için çok geçerli) arasında değerlendirerek kendine uygun bir cevap verir. Ölçek, bireylerin duyguları hakkında inançları ve istenmeyen bir durum karşısında başvurmuş oldukları duygusal şemaları tespit etmeye ilişkin ifadelerden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yavuz, Türkçapar, Demirel ve Karadere (2011) tarafından yapılmıştır. Türkçe güvenilirliğini tespit etmeye yönelik olarak Cronbach alfa katsayısı, test-tekrar test yöntemi ve test yarılama yöntemine başvurulmuştur. Testin tamamı için Cronbach alfa katsayısı $r = 0,86$ ile istatistiksel olarak anlamlı seviyede tespit edilmiştir. Test yarılama tekniğiyle yapılan analiz sonucu elde edilen güvenilirlik katsayısı $r = 0,70$ olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe biçiminde bu katsayının $r = 0,83$ olduğu tespit edilmiştir. Test tekrar test analizinin sonucu da $r = 0,87$ olarak istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir (Yavuz vd., 2011).

Verilerin Analizi

Ölçme araçları ile toplanan verilerin çözümlenmesinde; araştırmanın genel amacı çerçevesinde cevapları aranan amaçlara yönelik olarak toplanan veriler SPSS programına girilmiştir ve veriler üzerinde gerekli istatistiksel çözümlenmeler için SPSS 24.0 paket programından yararlanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler kullanılmış olup, hipotez testlerinin uygulamasında normal dağılım varsayımları dikkate alınmıştır. İki kategorili değişkenler arası farkın incelenmesinde Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkinin incelenmesinde ise Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Bu bölüm, araştırma sorularını yanıtlamak üzere katılımcılardan elde edilen veriler üzerinden yapılan istatistiksel analizleri içermektedir. Leahy Duygusal Şema Ölçeği alt boyut, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri – II ölçeği alt boyut puanlarının normal dağılım gösterip göstermediği test edilmiş olup tanımlayıcı istatistikleri ile ilgili dağılımlar aşağıda yer almaktadır.

Tablo 2 Leahy Duygusal Şema Ölçeği Alt Boyut, YİYE-II Alt Boyut Puanları İle İlgili Tanımlayıcı İstatistikler

N=732		Ort.	S. Sapma	Min.	Max.	P
Leahy Duygusal Şema Ölçeği	Kontrol Edilemezlik	23,18	3,52	12	35	0,00
	Duygulara Karşı Zayıflık	15,90	3,71	5	26	0,00
	Anlaşılabilirlik	12,23	3,75	3	18	0,00
	Duygulardan Kaçınma	17,02	3,21	9	29	0,00
	Akılcılık İsteği	14,21	3,76	4	24	0,00
	Hisleri Kabullenme	21,48	4,20	9	30	0,00
	Ruminasyon	13,73	4,11	4	24	0,00
	Farklılık	16,17	2,58	5	24	0,00
	Duyguları İnkâr	7,19	2,70	2	12	0,00
	Süreklilik	6,81	1,72	2	12	0,00
	Onaylanma	6,59	2,00	2	12	0,00
	Uzlaş	5,48	2,39	2	12	0,00
	Duyguları Zararlı Olarak Görme	8,12	2,54	2	12	0,00
	Suçluluk	10,10	2,17	3	18	0,00
YİYE-II	Kaygılı Bağlanma	60,92	17,84	20	119	0,00
	Kaçınan Bağlanma	58,27	17,80	18	112	0,00

P= Kolmogorov-Smirnov Test Sonucu

Tablo 2 incelendiğinde Leahy duygusal şema ölçeği alt boyutlarından kontrol edilemezlik puan ortalamasının 23,18, duygulara karşı zayıflık puan ortalamasının 15,90, anlaşılabilirlik puan ortalamasının 12,23, duygulardan kaçınma puan ortalamasının 17,02, akılcılık isteği puan ortalamasının 14,21, hisleri kabullenme puan ortalamasının 21,48, ruminasyon puan ortalamasının 13,73, farklılık puan ortalamasının 16,17, duyguları inkâr

puan ortalamasının 7,19, süreklilik puan ortalamasının 6,81, onaylanma puan ortalamasının 6,59, uzlaş puan ortalamasının 5,48, duyguları zararlı olarak görme puan ortalamasının 8,12, suçluluk puan ortalamasının 10,10 olduğu gözlenmiştir. YİYE-II ölçeği alt boyut puanlarına bakıldığında ise kaygılı bağlanma puan ortalamasının 60,92, kaçınan bağlanma puan ortalamasının 58,27 olduğu gözlenmiştir.

Tablo 3 Cinsiyete Göre YİYE-II Ölçeği Alt Boyut ile Leahy Duygusal Şema Ölçeği Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişki Düzeyleri

Leahy Duygusal Şema Ölçeği (LDSÖ)	Cinsiyet	N	r	YİYE-II	
				Kaygılı Bağlanma	Kaçınan Bağlanma
Kontrol Edilemezlik	Kadın	425	r	-0,33*	-0,15*
	Erkek	307	r	-0,46*	-0,30*
Duygulara Karşı Zayıflık	Kadın	425	r	0,42*	0,17*
	Erkek	307	r	0,44*	0,26*
Anlaşılabilirlik	Kadın	425	r	-0,49*	-0,22*
	Erkek	307	r	-0,42*	-0,28*
Duygulardan Kaçınma	Kadın	425	r	-0,13*	0,03
	Erkek	307	r	-0,09	0,12**
Akılcılık İsteği	Kadın	425	r	0,14*	0,04
	Erkek	307	r	0,12**	-0,04
Hisleri Kabullenme	Kadın	425	r	-0,19*	-0,33*
	Erkek	307	r	-0,26*	-0,44*
Ruminasyon	Kadın	425	r	0,42*	0,13**
	Erkek	307	r	0,43*	0,03
Farklılık	Kadın	425	r	0,11**	0,04
	Erkek	307	r	0,10	0,15*
Duyguları İnkâr	Kadın	425	r	-0,34*	-0,09
	Erkek	307	r	-0,36*	-0,06
Süreklilik	Kadın	425	r	-0,01	-0,04
	Erkek	307	r	0,02	-0,03
Onaylanma	Kadın	425	r	0,09	-0,02
	Erkek	307	r	0,18*	0,09
Uzlaş	Kadın	425	r	0,11**	0,03
	Erkek	307	r	0,21*	0,22*
Duyguları Zararlı Olarak Görme	Kadın	425	r	-0,37*	-0,19*
	Erkek	307	r	-0,36*	-0,16*
Suçluluk	Kadın	425	r	0,21*	0,14*
	Erkek	307	r	0,20*	0,16*

*P<0,01 ; **P<0,05

Tablo 3 incelendiğinde kaygılı bağlanma ile kontrol edilemezlik puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında ters yönde olan, zayıf ve anlamlı olan bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Kaygılı bağlanma ile duygulara karşı zayıflık puanları arasındaki

korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında aynı yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Kaygılı bağlanma ile anlaşılabilirlik puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında ters yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Kaygılı bağlanma ile duygulardan kaçınma puanları arasındaki

korelasyonda; kadınlar arasında ters yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu, erkekler arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir. Kaygılı bağlanma ile akılcılık isteği puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Kaygılı bağlanma ile hisleri kabullenme puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ters yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu, erkekler arasında ise ters yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kaygılı bağlanma ile ruminasyon puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında aynı yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir. Kaygılı bağlanma ile farklılık puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu, erkekler arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir. Kaygılı bağlanma ile duyguları inkâr puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında aynı yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kaygılı bağlanma ile süreklilik puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmektedir. Kaygılı bağlanma ile onaylanma puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, erkekler arasında ise aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir. Kaygılı bağlanma ile uzlaşma puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Kaygılı bağlanma ile suçluluk puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir.

Kaçınan bağlanma ile kontrol edilemezlik puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ters yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu, erkekler arasında ise ters yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile duygulara karşı zayıflık puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu, erkekler arasında ise aynı yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile anlaşılabilirlik puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ters yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu, erkekler arasında ise ters yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile duygulardan kaçınma puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, erkekler arasında ise aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Kaçınan bağlanma ile akılcılık isteği puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir. Kaçınan bağlanma ile hisleri kabullenme puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında ters yönde, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile ruminasyon puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu, erkekler arasında ise anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile farklılık puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, erkekler arasında ise aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile duyguları inkâr puanları arasındaki

korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile süreklilik puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmektedir. Kaçınan bağlanma ile onaylanma puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir. Kaçınan bağlanma ile uzlaşma puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, erkekler arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Kaçınan bağlanma ile suçluluk puanları arasındaki korelasyonda; kadınlar arasında ve erkekler arasında aynı yönde, çok zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma

Bu çalışmada, kadın ve erkeklerdeki kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerinin duygusal şemalarla olan ilişkisi incelenmiştir. Yapılan istatistiksel analiz sonucunda kaygılı ve kaçınan bağlanma örüntülerinin duygusal şemalar ile ilişkili olduğu ve bağlanma örüntülerinin duygusal şemalarla olan ilişkisi cinsiyete göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak kadın ve erkeklerin bağlanma stillerinin duygusal şemalarla ilişkili olduğu saptanmıştır.

Bu çalışma kapsamında ulaşılan bulgular bağlanma stillerinin duygusal şemalarla olan ilişkisinin cinsiyete göre farklılaştığına işaret etmiştir. Literatürde yer alan birçok çalışmada yetişkinlik döneminde deneyimlenen ilişkilerde cinsiyet değişikliğinin bağlanma özelliklerini açısından farklılık göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Shaver ve Brennan, 1992; Simpson ve Rholes, 1998). Türkiye’de Sümer (2006) tarafından yapılan araştırma da bu bulguyu destekler niteliktedir. Bunun yanında bağlanma örüntülerinin kadın ve erkeğe göre farklılaştığı araştırmalar da mevcuttur (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Schmitt, 2005; Jackson ve Kirkpatrick, 2007).

Araştırma bulguları doğrultusunda cinsiyete göre bağlanma örüntüleri arasındaki ilişki incelendiğinde; erkeklerin kadınlara göre kaygılı bağlanma puanlarının daha yüksek olduğu; kaçınan bağlanma puanlarının ise daha düşük olduğu gözlenmiştir. Mason, Platts ve Tyson (2005) tarafından yapılan bir çalışmada erken dönem uyumsuz şemalarla, olumsuz bağlanma tarzları ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada, katılımcıların %81’inin güvensiz bağlanma tarzına sahip oldukları (korkulu ve saplantılı bağlanma tarzları) sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına bakıldığında, yüksek düzeyde korkulu bağlanma örüntüsü olan kişilerin erken dönemde oluşan uyumsuz şemalarının da yüksek sonuçlar verdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Cinsiyete göre duygusal şemalar arasındaki ilişki incelendiğinde; erkeklerin, kadınlara oranla “kontrol edilemezlik”, “duygulardan kaçınma”, “akılcılık isteği”, “süreklilik”, “onaylanma”, “uzlaşma” ve “suçluluk” duygusal şema puanlarının daha yüksek olduğu; “duygulara karşı zayıflık”, “anlaşılabilirlik”, “hisleri kabullenme”, “ruminasyon”, “farklılık”, “duyguları inkar” ve “duyguları zararlı görme” puanlarının daha

düşük olduğu gözlenmiştir. Şencan (2015) tarafından duygusal şemalar ve bağlanma örüntüleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzerinde yapılan bir çalışmada, bağlanma örüntülerinin kaygı ve kaçınma boyutları ile duygusal şemalar arasında istatistiksel olarak pozitif bir ilişki rapor edilmiştir. Kaçınan bağlanma, duyguların kabul edilmesi ile anlamlı bir ilişki saptanmamış, kontrol edilemezlik, akılcılık, farklılık ve suçluluk duygusal şemaların işlevsel olmayan alt boyutlarıyla anlamlı bir ilişki görülmüştür. Kaygı alt boyutu ile anlaşılabilirlik, hisleri kabullenme, onaylanma ile negatif ilişki; kontrol edilemezlik, duygularına karşı zayıflık, akılcılık, ruminasyon, farklılık, duyguları zararlı olarak görme ve suçluluk ile arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Çalışmada elde edilen veriler erkeklerin, kadınlara göre “kontrol edilemezlik” duygusal şema puanlarının daha düşük olduğunu göstermektedir. Bulgular, kaygı arttıkça “kontrol edilemezlik” duygusal şema düzeyinin azaldığına işaret etmektedir. Bu veriler doğrultusunda, kaygılı bağlanan bireylerin duygularının onay görmeyeceğine ilişkin inançları, olumsuz duyguları güçsüzlük olarak değerlendirdikleri, dışı vurmadıkları ve olumsuz duygular yaşamaktan dolayı kendilerini suçladıkları sonucu elde edilmiştir. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler duygularının serbest kalmasına müsaade etmezler (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Kaygılı bağlanan bireyler, olumsuz olan duygularını devam ettirme konusunda ya da artırma konusunda eğilim göstermektedirler (Lopez ve ark., 1997).

Çalışma bulgularına göre kaçınan bağlanma yaşayan kadınların erkeklere oranla “duygulara karşı zayıflık” duygusal şemalarını daha sık kullandıkları gözlenmiştir. Yavuz ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan çalışmada kadınların erkeklere göre duygulara karşı daha zayıf hissettikleri, bununla birlikte erkeklerin duygularından dolayı kendilerini daha fazla suçladıkları

rapor edilmiştir. Araştırma verileri kaygılı bağlanma örüntüsüne sahip erkeklerde “onaylanma” duygusal şemalarıyla pozitif yönde bir ilişkiye işaret ederken, kadınlarda ise “onaylanma” duygusal şemaları ile pozitif yönde bir ilişkili olmadığını göstermiştir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları vardır. İlki, yalnızca lisans ve lisans üstü eğitimi olan bireyler çalışmaya dahil edilmiştir. Sonraki araştırmalar için farklı eğitim düzeyi olan katılımcılar seçilebilir. Katılımcıların sistematik bir örneklem alma yöntemi izlenerek seçilmeyip gönüllü katılımcılardan oluşması da araştırmanın bir diğer sınırlılığıdır. Araştırma ile ilgili bir diğer sınırlılık ise katılımcılardan alınan verilerin kendini bildirim dayalı veri toplama araçları ile elde edilmiş olmasıdır. Dolayısıyla, elde edilen bulguların yorumlanmasında kendini bildirim dayalı ölçümlere ait problemler göz önünde bulundurulmalıdır. Araştırmanın ilişkisel bir çalışma olması, söz konusu değişkenler arasında bir neden sonuç ilişkisi kurulmasına imkan sağlamamaktadır. Araştırma sonuçları değerlendirilirken bu sınırlılıkların dikkate alınmasının faydalı olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak, beşikten mezara hayat boyu ruhsal iyi oluşun önemli bir unsuru olan bağlanma, duygusal, bilişsel ve sosyal süreçlerde etkindir (Bowlby, 1979). Çocukluk dönemi bağlanma yaşantıları duygusal şemaların oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Duygusal şemaların insan yaşamının hemen tüm alanlarında belirleyici bir öneme sahiptir. Bir çok terapi ekolü, terapötik süreçte kişilerin duyguları ile ilgilenmektedir. Çalışmadan elde edilen verilerin klinik gözlem ve araştırmalar ile benzer olması, klinik bulguları desteklemesi araştırmanın önemli noktaları arasında sayılabilir. Bu alanda gerek ülkemizde, gerekse dünyada yapılmış çalışma sayısının sınırlı olması sebebiyle, araştırmanın bağlanma örüntülerinin cinsiyet değişkenine göre duygusal şemalarla olan ilişkisi ile ilgili literatüre katkı sağlayacağını düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709- 716.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226- 244.
- Bowlby, J. (1951). *Maternal care and mental health*, Geneva: World Health Organization.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation*. New York :Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). *The Making and Breaking of Affectional Bonds*. London: Tavistock
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Brennan, K. A., Wu, S. ve Loev, J. (1998). Adult romantic attachment and individual differences in attitudes toward physical contact in the context of adult romantic relationships. J. A. Simpson ve W. S. Rholes (Ed.). *Attachment theory and close relationships* (s. 394–428). New York : Guilford Press.
- Cole, P. M., Martin, S. E., & Dennis, T. A. (2004). Emotion regulation as a scientific construct: Methodological challenges and directions for child development research. *Child Development*, 75(2), 317-333
- Cramer, K. M., Gallant, M. D., & Langlois, M. W. (2005). Self-silencing and depression in women and men: Comparative structural equation models. *Personality and Individual Differences*, 39(3), 581-592.
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour research and therapy*, 38(4), 319-345.
- Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships*, 2, 143–159.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.

- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Jackson, J. J., ve Kirkpatrick, L. A. (2007). The structure and measurement of human mating strategies: Toward a multidimensional model of sociosexuality. *Evolution and Human Behavior*, 28, 382-391.
- Karasar, N. (1998). Bilimsel araştırma yöntemleri (8. basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kobak, R. R. ve Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- Leahy, R. L. (2002). A model of emotional schemas. *Cognitive and behavioral practice*, 9(3), 177-190.
- Leahy, R. L. (2007). Emotional schemas and resistance to change in anxiety disorders. *Cognitive and Behavioral Practice*, 14(1), 36-45.
- Leahy, R. L. (Ed.). (2006). Roadblocks in cognitive-behavioral therapy: *Transforming challenges into opportunities for change*. Guilford Press.
- Linehan, M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. Guilford press.
- Lopez, F. G., Gover, M. R., Leskela, J., Sauer, E. M., Schirmer, L. ve Wyssmann, J. (1997). Attachment styles, shame, guilt, and collaborative problem-solving orientations. *Personal Relationships*, 4(2), 187-199.
- Mason, O., Platts, H. ve Tyson, M. (2005). Early maladaptive schemas and adult attachment in a UK clinical population. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78, 549-564.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). *Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change*. New York : Guilford Press.
- Schmitt, D. P. (2005). Sociosexuality from Argentina to Zimbabwe: A 48-nation study of sex, culture, and strategies of human mating. *Behavioral and Brain Sciences*, 28, 247-275.
- Selçuk, E., Günaydın, G., Sümer, N ve Uysal, A. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin türk örnekleminde psikometrik açıdan değerlendirilmesi, *Türk Psikoloji Yazıları*, 8(16)1-11.
- Shaver, P. R. ve Brennan, K. A. (1992). Attachment styles and the 'Big Five' personality Traits: Their connections with each other and with romantic relationship outcomes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 18, 536-545.
- Simpson, J. A. ve Rholes, W. S. (1998). Attachment theory and close relationships. New York : Guilford Press.
- Surawy, C., Hackmann, A., Hawton, K., & Sharpe, M. (1995). Chronic fatigue syndrome: a cognitive approach. *Behaviour research and therapy*, 33(5), 535-544.
- Sümer, N. (2006) Yetişkin Bağlanma Ölçeklerinin Kategoriler ve Boyutlar Düzeyinde Karşılaştırılması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 21, 1-22.
- Şencan, B. (2015). Bağlanma Örüntüleri ve Psikolojik İyi Hali Arasındaki İlişkilerde Duygusal Şemalar, Duygusal Zorlanmaya Tolerans ve Kişilerarası Beklentilerin Rolü.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2- 3), 25-52.
- Yavuz, K. F., Türkçapar, M. H., Demirel, B., & Karadere, E. (2011). Üniversite öğrencileri ve çalışanları örnekleminde Leahy Duygusal Şema Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirliği. *Düşünen Adam Psikiyatri Nöroloji Bilim Dergisi*, 24, 273-82.
- Young, J. E. (1999). Cognitive therapy for personality disorders: A schemafocused approach. (3rd ed.). Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy: A practitioner's guide. Guilford Press.